

# Miteinander

DAS MAGAZIN FÜR MITARBEITER\*INNEN DES ORDENSKLINIKUM LINZ



Hobbys  
Backen,  
Basteln,  
Bartagame

SEITE 8

SEITE 13

Staffelübergabe

Neue Leitung der Abteilungen Interne I

SEITE 16

Hilfseinsatz

Gynäkologe operiert in Ghana

SEITE 27-28

Kurz & Bündig



## Cover – Making-of

Pünktlich um 15.30 trafen alle sechs Mitarbeiter\*innen zum vereinbarten Treffpunkt beim Eingang des Ordensklinikum Linz Elisabethinen ein. Fotograf Stefan Zauner hatte zu diesem Zeitpunkt in der Palmenhalle schon die nötigen Vorkehrungen für das Foto-Shooting getroffen. Mit in seinem Gepäck: eine große Leiter. Und diese sollte dann auch rasch zum Einsatz kommen, wenn auch auf eine etwas waghalsige Art und Weise. Denn um die perfekte Perspektive vor die Linse zu bekommen, stellte unser Foto-Profi die Leiter kurzerhand auf einen Tisch. Ja, Sie haben richtig gelesen: Auf einen Tisch. Die Redakteur\*innen sorgten mit vereinten Kräften für einen sicheren Halt. Der Lohn für den doch etwas ungewohnten Leiter-Einsatz: das tolle Foto auf unserer „Miteinander“-Titelseite.

### Impressum Miteinander

Das Magazin für Mitarbeiter\*innen des Ordensklinikum Linz

**Redaktionsleitung:** Karin Mühlberger  
**Stv. Redaktionsleitung:** Michael Prieschl

#### Redaktionsteam:

Christoph Arzt, Maria Binder, Michael Etlinger, FH Gesundheitsberufe, Andrea Fürtauer-Mann, Lukas Haberleitner, Claus Hager, Sven Hammer-Mozer, Lucia Hanslmaier, Hans-Georg Hausmann, Johannes Hessler, Renate Hinterhölzl, Günther Kolb, Sr. Barbara Lehner, Marietta Metzler-Rintersbacher, Karin Mühlberger, Michael Prieschl, Agnes Retschitzegger, Brigitte Schanda, Günter Schiester, Sr. Ursula Wolte

**Fotos:** Stefan Bruckner, die elisabethinen, Ulli Engleder, FH Gesundheitsberufe OÖ, Werner Harrer, Susanne Huber, Ordensklinikum Linz, Johanna Schipke Stoegmüller, unsplash.com, Vinzenz Gruppe, wavebreak3 / stock.adobe.com, Martin Wiesler, Stefan Zauner, pixabay, FH Gesundheitsberufe OÖ, Harald Dostal, Sven Hammer-Mozer, Hartlauer, Laila Mühringer, ÖGK/Sebastian Sonatcchi, Michael Prieschl, Karin Mühlberger, Lena Gattringer, Andrea Fürtauer-Mann, Manuela Grünzweil

**Layout/grafische Gesamtgestaltung:**  
upart Werbung & Kommunikation GmbH · www.upart.at

**Druck/Herstellung:** Salzkammergut Druck, Gmunden



Gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“ des Österreichischen Umweltzeichens. Salzkammergut Druck, UUV 784

# Inhalt

## Strategie & Entwicklung

- 04 Ethikberatung
- 06 Masterplan Bau
- 07 HR Services • Hallo Gesundheit

## Medizin & Pflege

- 13 Primarfeier Petzer
- 14 Radiologie
- 18 Vinzentinum
- 22 Muskelaufbau im Alter
- 24 OÖN Gesundheitstag
- 25 Tag der Händehygiene

## Orden & Werte

- 20 Energie tanken

## FH Gesundheitsberufe OÖ

- 23 Ernährung bei Bluthochdruck

## Menschen im Ordensklinikum

- 08 Ausgefallene Hobbys
- 16 Hilfeinsatz Ghana
- 17 Fachärzte to be
- 26 Vorteile für Mitarbeiter\*innen

## Kurz & Bündig

- 27 Praktikum Sansibar • Wundfibel
- 28 Anästhesieforum • Eltern-Kind-Medizin



Die Geschäftsführung des Ordensklinikum Linz  
Dr. Stefan Meusburger, MSc, MMag. Walter Kneidinger

## Liebe Mitarbeiter\*innen!

Der Sommer hat bereits begonnen, bei vielen von Ihnen steht der Urlaub vor der Türe oder ist vielleicht auch schon vorbei. Wir wünschen Ihnen allen natürlich, dass Sie in der Urlaubszeit wirklich entspannen und ausspannen können und die Tage mit Familie und Freund\*innen genießen können. Und auch wenn die Sommertage traditionell etwas ruhiger sind, laufen am Ordensklinikum schon wieder die Vorbereitungen für den Herbst. Wir wollen das Miteinander im #teamordensklinikum wieder mit einigen gemeinsamen Festivitäten wieder Jubilar\*innenehrung oder der Ehrung unserer Pensionist\*innen feiern. Und wir haben uns einem für unsere Mitarbeiter\*innen sehr wichtigen Thema, der Kinderbetreuung, nochmals ausführlich gewidmet. Ab dem neuen Kindergartenjahr 2024/25 übernimmt das

Ordensklinikum für seine Mitarbeiter\*innen die Nachmittagsbeiträge für die Kinderbetreuung in Krabbelstube und Kindergarten unseres Krankenhauses. Dieser Schritt trägt weiter zu einer familienfreundlichen Arbeitsumgebung bei und soll unsere Mitarbeiter\*innen bei diesem wichtigen Thema entlasten und unterstützen.

Bevor es aber gestärkt nach der Urlaubszeit in den Herbst geht, wünschen wir Ihnen allen noch einen erholsamen Sommer und schöne Tage mit Ihren Liebsten – egal ob in der Heimat oder in der Ferne.

[ MMag. Walter Kneidinger  
Dr. Stefan Meusburger, MSc. ]



Mag. Raimund Kaplinger,  
Geschäftsführer die elisabethinen linz-wien gmbh



# Ethikberatung: Ihre Stütze im Spitalsalltag

- Im Ordensklinikum Linz müssen Mitarbeiter\*innen täglich wichtige Entscheidungen treffen. Mit gelebter Ethikarbeit werden sie in der Praxis unterstützt.

Welche Behandlung hilft Patient\*innen am besten? Was ist zu tun, wenn sie ihren Willen in puncto Therapie nicht mehr persönlich äußern können? Und wie können Familienmitglieder in schwierige Entscheidungen miteinbezogen werden? Bei all diesen Fragen werden die Mitarbeiter\*innen des Ordensklinikum Linz von in der Spitalspraxis verankerter Ethikarbeit unterstützt. Als Orientierungshilfe dienen die vier medizinischen Prinzipien: Patient\*innenwille, Nichtschaden, Wohltun und Gerechtigkeit.

## Wurzeln mit Werten

Basis der Ethikarbeit im Ordensklinikum Linz ist der festgeschriebene Ethikkodex. Er beruht auf Werten, die uns als Ordenseinrichtung wichtig sind. Unsere christliche Kultur ist unser Auftrag sowie die Grundlage unseres Tuns. Bei allen Entscheidungen steht der Mensch im Mittelpunkt: Patient\*innen und natürlich unsere Mitarbeiter\*innen. Mag. Stephan Lampl, Geschäftsführer Vinzenz Gruppe: „Der Ethikkodex soll in oft schwierigen Fragen Orientierung geben und bietet einen grundsätzlichen Leitfaden für unsere Beschäftigten aus Medizin und Pflege. Doch Medizin und Wissenschaft entwickeln sich so rasch weiter, dass immer neue Fragen auftauchen. Die Beantwortung ethischer Fragen im Spitalsalltag muss immer sorgfältiger überdacht werden und auf den neuesten Erkenntnissen beruhen.“



Mag. Stephan Lampl,  
Geschäftsführer Vinzenz Gruppe

### „Entscheidungen nach ethischen Kriterien“

Die Ethikarbeit im Ordensklinikum Linz ist im Ethikstatut geregelt und unterstützt Mitarbeitende und Patient\*innen sowie deren Angehörige bei ethischen Fragen mit geschulten Ansprechpartner\*innen: Ethikkoordinator\*innen (EKos), dem Ethikbeirat (EB), einem klinischen Ethikkomitee (KEK) und dem Ethikberatungsdienst (EBD). Mag. Raimund Kaplinger, Geschäftsführer der elisabethinen linz-wien gmbh: „Im Ordensklinikum Linz werden medizinische Entscheidungen auch nach ethischen Kriterien getroffen. Weil wir ein Haus mit christlichen Wurzeln sind, spielen sie in unserem Tun eine Schlüsselrolle.“ Ein Vorteil für Patient\*innen wie Beschäftigte.

Ziel der Ethikarbeit im Ordensklinikum Linz ist ein feingefühliges Bewusstsein für den herausfordernden Klinikalltag: die Verankerung von ethischen Schlussfolgerungen in allen Denk-, Handlungs- und Entscheidungsprozessen. Damit alle Mitarbeiter\*innen in der Lage sind, ethische Fragestellungen zu erkennen, zu reflektieren und im Idealfall gut zu lösen. Essenziell ist auch das Erkennen von Grenzen: Wann reicht meine Perspektive nicht mehr aus? Wo muss ich mir Rat von Kolleginnen\*/Kollegen\*, Mitgliedern des KEK oder EBDs einholen?

### Für alle & mit allen

Manchmal führt der Prozess in die nächste Stufe: zur Einholung zusätzlicher Argumente aus anderen Disziplinen und Professionen, vielleicht auch von Patient\*innen sowie Angehörigen. Oder zur Weiterführung der Fallanalyse im Rahmen einer interprofessionellen Regelbesprechung. Wenn das nicht möglich ist, kann die Ethikberatung auch im Rahmen eines Ethikkonsils durchgeführt werden: unter Moderation einer\*/eines\* Ethikberater\*in.

Die Ethikarbeit im Ordensklinikum Linz ist ein integrativer Prozess: zum Wohle für alle und mit allen Beschäftigten. Alle, die an der Patient\*innen-Behandlung beteiligt sind, sind berechtigt, Ethikberatung in Anspruch zu nehmen. Die Kontaktaufnahme mit dem EBD erfolgt über SAP-Zuweisung oder einen Anruf bei einer/einem Ethikberater\*in. Schließlich müssen im Ordensklinikum Linz täglich wichtige Entscheidungen getroffen werden: nach bestem medizinischem Wissen, den Grundsätzen der christlichen Kultur sowie ethischen Gesichtspunkten.

[ Mag. Raimund Kaplinger,  
Geschäftsführer die elisabethinen linz-wien gmbh  
Mag. Stephan Lampl,  
Geschäftsführer Vinzenz Gruppe ]

# Erste Baumaßnahmen im Krankenhaus starten

- Mit dem Masterplan Bau liegt man gut in der Zeit. Die ersten
- Baumaßnahmen starten nun im Krankenhaus selbst. Ein
- Interview dazu mit Betriebsdirektor Claus Hager, MBA MSc, der nunmehr seit gut einem Jahr im Amt ist.

**MITEINANDER:** Welche Maßnahmen konnten bisher umgesetzt werden?

**HAGER:** Es freut mich sehr, dass wir mit der Übersiedelung der Pathologie und des Labors für Molekulargenetische Diagnostik einen ersten Meilenstein in unserem Gesamtprojekt erreicht haben. Wir sind im Zeitplan gut unterwegs und können mit dem Freiwerden der Flächen im Bauteil K und E nun mit den ersten Umsetzungsprojekten im Krankenhaus selbst starten.



Der Anbau im Innenhof schafft Platz für die Erweiterung der ZAE (Notfallambulanz) im EG sowie für den Servicebereich Gesundheits- und Pflegeberatung und die Stoffwechselambulanz im Hochparterre.

**MITEINANDER:** Welche Veränderungen kommen abgesehen von der Verlegung des Haupteinganges auf die Mitarbeiter\*innen und Patient\*innen zu?

**HAGER:** Durch die Baustelle im Innenhof zur Erweiterung unserer Notfallambulanz ist der Hof auch als Aufenthaltsfläche für Mitarbeitende nicht mehr verfügbar. Weiters muss der Gastgarten der Cafeteria ab Juni schließen. Als Ausweichfläche werden wir den Innenhof neben der Pforte mit Sitzgelegenheiten ausstatten damit er als Pausenhof genutzt werden kann. Für die Fahrräder wird ab Sommer ein zentraler Abstellplatz, der überdacht und mit Zutrittskontrolle gesichert ist, im Innenhof des Vinzentinums zur Verfügung stehen. Die Wegführung für die Kinder- und Säuglingsambulanz wird für die Zeit der Bauphase in den Innenbereich verlegt und entsprechend neu beschildert.



Die neuen Räumlichkeiten in der Stifterstraße für das Institut für klinische Pathologie und Molekularpathologie und das Labor für Molekulargenetische Diagnostik sind bereits bezogen.

**MITEINANDER:** Welche Baumaßnahmen stehen heuer noch an?

**HAGER:** Wir starten mit den Umbauarbeiten im Bauteil E. Hier entstehen bis Q1/2026 Schritt für Schritt neue Ambulanzräumlichkeiten und eine neue Bettenstation für die Radioonkologie. Wir beginnen weiters mit dem Zubau K im EG und HP, damit wir nach dem Ausbau des HP unsere Notfallambulanz in ein Provisorium übersiedeln können. Dies wird im Q2/2025 in Betrieb gehen. Danach erfolgt der Ausbau des EG und die Rückübersiedelung im Q2/2026. Parallel dazu startet der erste Neubau mit dem Bauteil M am derzeitigen Krankenhausvorplatz.

**MITEINANDER:** Wenn am Eingangsvorplatz der neue Bauteil M entsteht, wo befindet sich dann übergangsweise der Haupteingang?

**HAGER:** Wir werden zum Jahreswechsel den Haupteingang zum derzeitigen Eingang der Onkologischen Tagesklinik an die Ecke Seilerstätte/Langgasse verlegen. Dort war bereits einmal der Haupteingang des Krankenhauses mit entsprechendem Zugangsportal und auch Liftanbindung. Wir müssen die Portier\*innen verlegen, die Anmeldesituation der Tagesklinik anpassen und auch ein entsprechendes Wegeleitsystem für Patient\*innen und Besucher\*innen im Innen- und Außenbereich umsetzen.

**MITEINANDER:** Wird sich durch den Abbruch der Garage auch der Zugang für die Rettung ändern?

**HAGER:** Um den Baustellenverkehr vom Krankentransport zu trennen, werden wir in der Langgasse die Einbahn umdrehen und die Langgasse als Stellfläche für Rettungsorganisationen und gewerblichen Krankentransport nutzen. In der Langgasse wird dann auch der Zugang für den Krankentransport ins Krankenhaus sein. Derzeit arbeiten wir in Abstimmung mit den Rettungsorganisationen an der Lösung für die Stellplätze und die Wegführung im Hochparterre.

[ A. Fürtauer-Mann ]

” Mit der Übersiedelung der Pathologie und des LMGD in die Stifterstraße ist der erste Meilenstein im Masterplan Bau erreicht. Danke an alle Kolleginnen und Kollegen die hier so engagiert mitgewirkt haben.

Claus Hager, MBA MSc  
Betriebsdirektor



# Die Digitalisierung schreitet voran

- Die neue Personalplattform „HR Services“ und das Patient\*innenportal „Hallo Gesundheit“ sind weitere Digitalisierungsprojekte am Ordensklinikum Linz, die nun getestet und schrittweise ausgerollt werden.

## Personalplattform „HR Services“

Mit der Personalplattform „HR Services“ wird im Bereich Human Resources (HR) ein Schritt in Richtung Digitalisierung gemacht. Die Plattform soll Mitarbeitenden ermöglichen, zahlreiche HR-Self-Service-Prozesse online und vollautomatisiert durchzuführen. Vorerst wird dieses System am Ordensklinikum Linz vom Servicebereich Personalmanagement selbst getestet, und dann wird dieses schrittweise ausgerollt. Die jeweils betroffenen Abteilungen werden darüber zeitgerecht informiert und bei der Umstellung begleitet. 3 Fragen an Mag. Andreas Hasiweder, Leitung Personalmanagement:

**MITEINANDER:** Was kann das neue System „HR Services“?

**MAG. HASIWEDER:** HR-Services ist eine digitale Personalplattform, die im Ordensklinikum Linz schrittweise eingeführt werden wird. Dies bedeutet, dass Mitarbeitende künftig

zahlreiche Services selbst online durchführen können. Dies rund um die Uhr und sieben Tage die Woche. So kann beispielsweise ein Antrag auf Familienbonus unabhängig von den Öffnungszeiten im Personalbereich abgegeben bzw. hochgeladen werden, und der Prozess wird vollautomatisiert durchgeführt. Lange Wege im Haus, das Ausdrucken von Dokumenten oder auch die Suche nach der richtigen Ansprechperson sollten dann der Vergangenheit angehören.

**MITEINANDER:** Was kann der Mitarbeitende künftig digital erledigen?

**MAG. HASIWEDER:** Die unterschiedlichsten Anträge, die bisher auf dem „Postweg“ z. B. mit einem Formular eingereicht wurden, können dann über die Plattform HR Services gestellt werden. Bsp. Meldezettel, Heiratsurkunde, Antrag auf Familienbonus, ... Diese befinden sich danach unverzüglich im Genehmigungsprozess. Außerdem können Gehaltsabrechnungen

oder Dienstzeitbestätigungen jederzeit und von überall aus abgerufen werden. Die Mitarbeitenden haben mehr Überblick über eigene Daten und Prozesse.

**MITEINANDER:** Was ist, wenn Mitarbeitende trotzdem noch Fragen an die Personalabteilung haben?

**MAG. HASIWEDER:** Der persönliche Kontakt zur Personalabteilung wird keinesfalls abgelöst, sondern es wird Zeit frei, um diesen besser pflegen zu können. HR Services vereinfacht und automatisiert administrative Prozesse wie die Personalverwaltung, die Verwaltung von E-Learning, bietet Self-Services für jede\*n Einzelne\*n und vieles mehr. Dies soll es den Kolleg\*innen\* im Personalbereich ermöglichen, sich auf strategischere Aufgaben zu konzentrieren und mehr Zeit für wichtige Beratungen der Mitarbeiter\*innen zu haben.

[ A. Fürtauer-Mann ]

## Patient\*innenportal „Hallo Gesundheit“

- Wie bereits berichtet, ist die Palliative Care am Standort Barmherzige Schwestern als Pilot-Abteilung vorgesehen, das Patient\*innenportal „Hallo Gesundheit“ zu testen und schrittweise in seiner Gesamtheit zu nutzen. Via App sollen Patient\*innen schließlich beispielsweise ihre Befunde und Dokumente auf einen Blick haben, selbst ein medizinisches Profil anlegen, Termine einsehen können, an Termine bzw. an mitzubringende Unterlagen erinnert werden. Sprechstunden sollen digital abgehalten werden.

„Die Kern-Funktionalität ist für uns weiterhin die Videoambulanz, die wir für kürzere Updates und Folgetermine sowie für Menschen mit schweren Behinderungen und/oder neurologischen Krankheiten nutzen, wenn ein Transport ins Krankenhaus zu belastend wäre. Insgesamt ist unsere Ambulanz weiterhin zu 90 Prozent in Präsenz, „Hallo Gesundheit“ ist aber eine schöne Ergänzung“, berichtet OA Dr. David Fuchs, Leiter „Palliative Care“. Weiters ist in einem nächsten Schritt für seine Abteilung vorgesehen, die Befundübermittlung zu nutzen, sobald das für die Ambulanzbriefe möglich ist. So auch die Möglichkeit, dass Patient\*innen ihre nächsten Termine im Krankenhaus einsehen können. „Wir forcieren weiterhin die Zusammenarbeit mit den mobilen Palliativteams und

wollen ärztliche Videovisiten mit der mobilen Palliativpflege vor Ort kombinieren, allerdings braucht es dazu noch technische Voraussetzungen auf beiden Seiten“, erklärt OA Dr. Fuchs.



### Update zu „Hallo Gesundheit“:

- Palliative Care Barmherzige Schwestern ist die **erste Station**, die die gesamte App testet.
- Bitte beachten Sie, dass Patient\*innen vorerst nur Termine einsehen können, die mit der Palliativ-Ambulanz vereinbart wurden.
- **Die Implementierung der App im Ordensklinikum Linz wird schrittweise stattfinden.** Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Innovation-Fellows Mag.<sup>a</sup> Veronika Wiesinger oder Petra Hochleitner, BScN, MSc.

[ A. Fürtauer-Mann ]

# Die bunten Hobbys im #teamordensklinikum

- Viele Kolleg\*innen kennt man vom Sehen
- oder auch näher, von vielen weiß man, welche Aufgaben sie im Ordensklinikum erfüllen. Aber was machen die Kolleg\*innen eigentlich in ihrer Freizeit? Wir holen sechs Mitarbeiter\*innen vor den Vorhang, deren Hobbys nicht alltäglich sind. Bei Eva-Maria krabbeln Vogelspinnen zu

Hause herum, Denys kreiert Torten in allen Variationen, präsentiert sie dann auf Instagram und Petra geht in der Freizeit beim Paragleiten gerne in die Luft – das #teamordensklinikum ist bunt, und das sieht man auch an den Freizeitaktivitäten der Mitarbeiter\*innen.

## Backen

### Denys Khrystodorov

Er kennt jedes Eck und jedes Versteck im Krankenhaus: Denys Khrystodorov arbeitet im Patient\*innentransport am Ordensklinikum Barmherzige Schwestern. Der gebürtige Ukrainer ist seit 20 Jahren in Österreich und arbeitet seit 10 Jahren am Ordensklinikum. Schon immer war der 32-Jährige kreativ, hat etwa Weihnachtsschmuck selbst gebastelt. Während der Corona-Pandemie hat er sich ein neues Hobby gesucht: das Backen. Seitdem entwirft und backt er künstlerische Torten für Freund\*innen und Familie, zum Beispiel zu Geburtstagen und größeren Feiern. Die Ideen dazu findet er im Internet. „Ich habe mir ganz zu Beginn Tutorials angeschaut, um das Handwerk überhaupt zu lernen. Und auch jetzt hole ich mir online Anregungen, denn ohne Plan funktioniert nichts“, sagt Denys. Zwischen 20 und 25 Stunden braucht der Linzer für seine aufwändigsten Kunstwerke, etwa zwei Torten pro Monat stehen auf dem „Backplan“. Am meisten freut es ihn, wenn schwierige Sachen gelingen, wie etwa eine große, zweistöckige Torte, die er einmal für eine Feier mit 30 Personen gebacken hat. Und dabei ist meist auch die ganze Deko essbar. „Ich arbeite viel mit Esspapier und Schokolade“, gibt Denys Tipps. Und er selbst mag Kaffee und Nüsse: „Ich trinke mehrere Tassen Kaffee am Tag und bin verrückt nach Nüssen. Meine Lieblingstorte ist deshalb eine Zitronentorte mit Karamell und Erdnüssen.“

Die gelungenen Kreationen präsentiert er dann auf seinem Instagram-Kanal unter [\\_cakes\\_by\\_den\\_](#). Und was ist sein persönliches Lieblingsstück? „Das ist die Torte mit einem Herz und der ukrainischen Fahne. Dazu stammt auch die Idee ganz alleine von mir.“





# Downhill-Biken

## Abbas Al-Wuhail

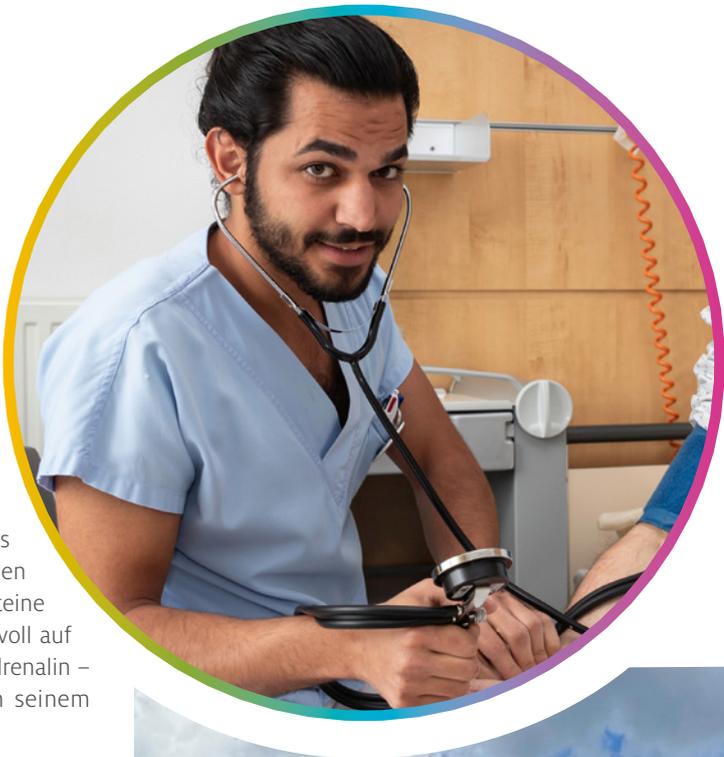
Nächster Halt: Tirol. An freien Wochenenden zieht es Pflegefachassistent Abbas Al-Wuhail regelmäßig in die Berge. Stets mit dabei bei den Ausflügen hat der Mitarbeiter des Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern sein Fahrrad. Aber es ist nicht irgendein Fahrrad. Nein, es ist ein spezielles Downhill-Bike. Denn der 22-jährige „fetzt“ zusammen mit seinen Freunden vom Gipfel bis ins Tal. Gemütliche Spazierfahrten waren gestern. Bei den steilen Abfahrten können es für Abbas gar nicht genug Wurzeln, Steine oder Sprünge sein. „Vom Start weg bis zum Ziel bin ich voll auf die Strecke fokussiert. Die Fahrten sind für mich pures Adrenalin – ich will gar nicht mehr aufhören“, erzählt Abbas von seinem größten Hobby.

Profis rasen bei Rennen oft mit bis zu 80 km/h die steilen Hänge hinunter. Der Linzer bewundert den Mut der Fahrer und ergänzt mit einem Augenzwinkern: „Ganz so schnell bin ich nicht unterwegs. Das ist vermutlich deshalb, weil ich Krankenpfleger bin und weiß, was passieren kann.“ Vor rund einem Jahr hat der gebürtige Iraker die Liebe zum Downhillfahren entdeckt. Freunde aus Tirol haben ihn bei einem Besuch auf den Geschmack gebracht. Abbas erinnert sich noch an seine erste Ausfahrt zurück: „Anfangs hatte ich schon noch etwas Angst. Aber nach ein paar Abfahrten habe ich sofort gemerkt, dass Downhill genau das Richtige für mich ist.“ Gestartet wird meistens auf Strecken in einer Höhe von 1.500 bis 2.000 Metern. Wie beim Skifahren sind auch hier die Schwierigkeitsgrade der Routen farblich markiert.

### Vom Rennrad zum Downhill-Bike

Die beliebtesten Strecken von Abbas und seinen Freunden sind in St. Johann und Kirchberg (beide in Tirol) sowie im salzburgerischen Saalbach Hinterglemm und Leogang. Mit der Gondel geht es hinauf zum Start. Bevor sie in die Pedale treten können, heißt es aber erst noch Schutzkleidung anziehen. Und das kann schon mal bis zu 15 Minuten dauern. Knieprotektoren, eine Weste, die sich beim Aufprall verhärtet für Brust und Rücken sowie ein Nackenschoner und ein Helm dürfen nicht fehlen. Denn Stürze lassen sich nicht immer vermeiden. „Fünf Mal bin ich sicher schon gestürzt. Zum Glück bin ich aber immer von Verletzungen verschont geblieben“, so Abbas.

Das war für den 22-jährigen wohl die größte Umstellung. Denn zuvor war Abbas stets mit dem Rennrad unterwegs. „Ich liebe das Fahrradfahren, kann mir kaum eine Woche ohne mein Bike vorstellen. Der große Vorteil beim Downhill ist, dass keine Zeit zum Nachdenken bleibt. Ich muss jede Sekunde fokussiert bleiben, um keinen Fehler zu machen. Zudem sind auch das Panorama, die Berge und die Natur beeindruckend“, so der begeisterte Biker.



Für sein nächstes Ziel zieht es den Pfleger der Hämatologie und Onkologie in den hohen Norden nach Skandinavien, genauer gesagt nach Schweden. Dort soll es einige anspruchsvolle, steinige und steile Strecken geben. Bei Abbas ist dann wieder voller Fokus angesagt.

weiterlesen →

# Verpackungen basteln

## Angela Pantel

Sie habe schon mit ihren Kindern gerne gebastelt, und technisch und handwerklich war ich auch schon immer gut drauf“, erzählt Angela Pantel, Verwaltungsassistentin am Ordensklinikum Barmherzige Schwestern. Dazu kommt, dass die 45-Jährige gerne tüfelt und laut eigenen Aussagen auch viel Geduld mitbringt – perfekte Voraussetzungen also, um ganz besondere Geschenkverpackungen herstellen zu können. Denn Angela wickelt besondere Geschenke nicht nur in buntes Papier ein, sie bastelt Verpackungen passend zum Motto des Geschenks. Für ihre Eltern hat sie einen Gutschein für eine Heißluftballon-Fahrt zum Beispiel einmal direkt in einem selbst gebastelten Heißluftballon verpackt. „Das macht etwa Geldgeschenke oder Gutscheine besonders. Den Heißluftballon haben sich meine Eltern zum Beispiel aufgehoben und erinnern sich immer gerne an die Fahrt, wenn sie ihn anschauen.“ Für die Verabschiedung von Prim. Univ.-Prof. Dr. Andreas Petzer hat sich Angela an ein neues Projekt gewagt: Eine Verpackung zum Zusammenklappen in einer Schachtel. Beim Öffnen hat den Empfänger dann eine liebevoll gestaltete Berglandschaft inklusive Helikopter erwartet. „Ich habe die größte Freude, wenn etwas so wird, wie ich es mir vorstelle. Und das Wichtigste ist ohnehin, wenn ich die Leute zum Strahlen bringe.“ Seit zehn Jahren arbeitet Angela im Ordensklinikum, und wenn sie nicht gerade bastelt, kümmert sie sich um ihre zwei Kinder, drei Katzen oder geht Tauchen oder auf Reisen. Basteln wird sie allerdings auch weiterhin: „Ich habe Spaß daran gefunden, das mache ich sicherlich wieder.“



# Spinnen

## Eva-Maria Meyer

Wenn Diplomkrankenschwesterin Eva-Maria Meyer nach ihrem Arbeitstag im Zentral-OP am Ordensklinikum Linz Elisabethinen nach Hause kommt, wirft sie einmal einen Blick nach Irmi, Paula und Rosi. Die Namen klingen richtig süß. Die Lebewesen dahinter sorgen aber bei dem einen oder anderen für eine Schockstarre. Denn bei den Damen handelt es sich um Vogelspinnen. Insgesamt fünf dieser achtbeinigen Tierchen nennt Eva-Maria seit einigen Jahren ihre Mitbewohner\*innen. Für sie hat der Anblick der Spinnen noch nie Panik ausgelöst. Ganz im Gegenteil: Sie bewundert die vielen verschiedenen bunten Arten, die es gibt. „Ich bin als Kind auch im Zoo eher zu den nicht so beliebten Tieren gegangen“, lacht die Diplomkrankenschwesterin, die im Sommer das erste Mal Mama wird.



Angefangen hat alles mit der Spinnenphobie ihrer Mutter. Um diese zu bekämpfen, zog eine Vogelspinne im Hause Meyer ein. „Das war genau zu meinem 18. Geburtstag. Ich habe mich riesig gefreut, da ich schon länger eine Spinne haben wollte. Zwischenzeitlich





hatten wir sogar 15 Terrarien mit Spinnen“, erinnert sich Meyer. Ganz so viele sind es aktuell zwar nicht mehr, dafür sind noch andere Tierchen bei der tierlieben Bald-Mama eingezogen. Ganz in der Nähe der rund 30x30 Zentimeter großen „Häuschen“ für die Spinnen steht ein noch etwas größeres Terrarium. Darin beheimatet: die 1,2 Meter lange Königspython Kaa, die von Eva-Maria liebevoll Wurm genannt wird. Und im Wohnzimmer neben der Couch hat Bartagame Glaurung alles im Überblick. Wenn er möchte, kann der Vierbeiner auch beim Filmabend zusehen. Der Bartagame ist aber in der Regel viel lieber damit beschäftigt, sich unter der UV-Lampe zu wärmen oder Rucola, Karotten sowie die eine oder andere Tomate zu verspeisen. Ihre zahlreichen, doch eher außergewöhnlichen Haustiere hören sich nach sehr viel

Arbeit an. Dem entgegnet Eva-Maria, die derzeit in Karenz zu Hause ist. „Die Tiere sind sehr pflegeleicht. Sie bekommen jeden Tag frisches Wasser. Bei der Schlange muss ich zudem regelmäßig Wasser sprühen. Und die Spinnen benötigen alle zwei Wochen Futter in Form von Heuschrecken“, so die Diplomkrankenschwester.

Während die exotischen Tierchen die meiste Zeit in den Terrarien verbringen, dürfen natürlich auch die Vierbeiner zum Kuscheln nicht fehlen. So holen sich täglich sechs Katzen die nötigen Streicheleinheiten von Frauchen Eva-Maria und machen den privaten Zoo komplett. „Mehr Tiere sollen es aber nicht mehr werden“, lacht die 32-Jährige.

## Hochzeitsmann

Walter Eigner

Im abgelaufenen Jahr haben in Österreich insgesamt 44.948 Paare (Quelle: Statistik Austria) einander das Ja-Wort gegeben. Walter Eigner (44) hat den „schönsten Tag des Lebens“ schon mehr als 50 Mal in seiner Karriere erlebt. Aber natürlich nicht, weil er selbst so oft vor dem Altar stand. Der Diplomkrankenschwester im Ordensklinikum Linz Elisabethinen begleitet Paare am Tag der Eheschließung auf Schritt und Tritt. Der dreifache Familienvater ist in seiner Freizeit nämlich als „Hochzeitsmann“ mehr als gefragt. „Seit 15 Jahren spiele ich mit der steirischen Harmonika. Musik war schon immer ein großes Hobby von mir sowie auch Menschen zu unterhalten. Ich habe damals bei der Hochzeit von Freunden gespielt. Das ist offensichtlich gut angekommen, und dann haben mich Leute angerufen und gefragt, ob ich auch bei ihren Trauungen dabei sein könnte“, lacht Eigner.

Doch was ist eigentlich die genaue Aufgabe eines Hochzeitsmannes? „Ich Sorge dafür, dass die Hochzeit zu einem unvergesslichen Erlebnis wird. Die Paare müssen sich um nichts kümmern, einfach nur genießen“, erklärt der in einer kleinen Gemeinde in Niederösterreich lebende Eigner. Gerade im ländlichen Bereich sind viele Bräuche noch gang und gäbe. Bei alttraditionellen Bauernhochzeiten wird mit dem „Hochzeitschießen“ begonnen. Dabei werden Braut und Bräutigam mit Böllern, Schweizerkrachern oder Blasmusik in den frühen Morgenstunden aus dem Schlaf gerissen. Gerne wird dem Paar mittels eines Baumstammes auf der Fahrbahn der Weg zur Kirche versperrt. Sinn dahinter: Die Verliebten müssen sich in Teamarbeit den Weg sozusagen freisägen. Bei vielen noch bekannter ist vermutlich das „Braut stehlen“. Dabei wird die frisch vermählte Frau im Laufe des Hochzeitabends entführt, und der Bräutigam muss sie finden und auslösen. Das heißt, dass der Ehegatte kleinere Aufgaben lösen muss, um seine Braut zurückzubekommen.



### Zwei Hochzeiten pro Monat

In all die verschiedenen Vorgehensweisen und Spiele ist der Hochzeitsmann im Vorfeld eingeweiht. Für ihn gilt es, sämtliche Ereignisse zu moderieren und die Gäste bei Laune zu halten. „Ich Sorge für einen reibungslosen Ablauf. Zwischendurch singe ich auch immer wieder mal ein Gstanzl“, sagt Eigner. Der Niederösterreicher ist stets bis zum Schluss in den frühen Morgenstunden mit dabei. Mehr als zwei Hochzeiten pro Monat trägt er sich aber nicht im Terminkalender ein. Schließlich will der Diplomkrankenschwester, der auf der Hämatologie und Onkologie arbeitet, auch noch genügend Zeit für seine Familie haben. Einen genauen Plan, wie lange er die Hochzeitspaare noch am schönsten Tag des Lebens begleitet, hat Eigner nicht. „Solange es Spaß macht“, meint der Hochzeits-Profi trocken.

[weiterlesen →](#)

# Paragleiten

## Petra Hasengruber

„Über den Wolken muss die Freiheit wohl grenzenlos sein“, sang der deutsche Liedermacher Reinhard Mey 1974 in seinem bekannten Hit. Ganz so hoch hinaus geht es für Dr. in Petra Hasengruber, Hämato-Onkologin am Ordensklinikum Linz Elisabethinen, zwar nicht, aber sie kommt dem Gefühl mit Sicherheit ganz nah. Denn in ihrer Freizeit geht die Mama zweier Buben gerne in die Luft. Wie das geht? Eines ihrer Lieblingshobbys ist das Paragleiten. Während ihre Kids gerne Zeit beim Rutschen oder auf der Schaukel verbringen, sind die Berge Petras „Spielplatz“. Wenn die 31-Jährige im „Miteinander“-Interview über ihre Flüge spricht, vergleicht sie ihren Platz im Paragleiter-Gurt gerne als „bequemen Couchsessel mit Aussicht“.



Ihre liebste Freizeitbeschäftigung teilt die Medizinerin mit ihrem Ehemann. Nach der gemeinsamen Studienzeit in Innsbruck haben sie den Spaß am Fliegen entdeckt. „Von der Nordkette haben wir oft Paragleiter herunterfliegen gesehen. Gegen Ende des Studiums und vor dem Start ins Arbeitsleben, wollten wir es dann selbst ausprobieren“, erinnert sich Hasengruber. Im Sommer 2015 begann bei Gröbming in der Steiermark der einwöchige Grundkurs. Nach der theoretischen Einführung ging es schon am zweiten Tag auf den Übungshang und am Ende der Woche auf den Berg. Und das auch gleich alleine. Ja, Sie haben richtig gelesen: ALLEINE, den Berg hinunter. „Über Funk war ich aber immer mit dem Fluglehrer verbunden. Vom Start bis zum Landeplatz bestand ein Höhenunterschied von 500 Metern. Nach rund fünf Minuten bin ich unten angekommen“, so Hasengruber.

### 40 Höhenflüge für Paragleiter-Schein

Mit dem Auto ging es danach wieder nach oben. Ziel: so viele Starts und Landungen üben wie möglich. Um später auch den Paragleiterschein zu erhalten, müssen die Sportler\*innen 40 Höhenflüge sowie entsprechende Theoriekenntnisse nachweisen. Neben dem ca. neun Kilogramm schweren Rucksack und Wetter entsprechender Kleidung sind vor allem Handschuhe ganz wichtig. Hasengruber: „Man glaubt gar nicht wie kalt es oben in der Luft ist, wenn das Thermometer unten 30 Grad anzeigt.“

Sie selbst kommt inzwischen auf 133 Flüge. Der längste Flug der Medizinerin dauerte etwa 80 Minuten. Maximale Höhe: rund ein Kilometer. Um ihrem Hobby nachzugehen, hat es die 31-Jährige bis nach Namibia im südlichen Afrika geschafft. „Ich habe dort mit meinem Mann drei Wochen Urlaub gemacht. Zwei Drittel davon haben wir uns dem Paragleiten gewidmet.“ In Namibia weht vom Meer zur Wüste an der Küste ein steter Wind. Vorteil: Bei diesen Bedingungen kann die Schirmbeherrschung sehr gut geübt werden. Eine jahreszeitliche Begrenzung gibt es beim Paragleiten nicht. Es kann das ganze Jahr über geflogen werden. Das Besondere beim Schweben mit dem Schirm? „Ich kann die Natur auf eine Art und Weise genießen, wie es mir sonst nicht möglich wäre. Ich spüre und höre die Luft sowie die Vögel - es ist einfach ein unbeschreibliches Gefühl“, so die Medizinerin.

[ K. Mühlberger , M. Prieschl ]



„Das #teamordensklinikum ist bunt. Und genau so bunt sind auch die Interessen und Hobbys, denen unsere Kolleg\*innen in ihrer Freizeit nachgehen – ein wunderbarer Ausgleich, um sich wieder erholt und mit neuer Energie den Herausforderungen im Arbeitsalltag stellen zu können.“

GEORGINE GATTERMAYR, MBA  
ELISABETH MÄRZINGER, MSCN  
Pflegedirektorinnen Ordensklinikum Linz

# Staffelübergabe in den Abteilungen Interne I

Formal ist Prim. Priv.-Doz. Dr. Holger Rumpold bereits seit 1. März Leiter der Abteilungen Interne I, ein paar Wochen später wurde er nun auch im Rahmen eines Festaktes willkommen geheißen und sein Vorgänger, Prim. Univ.-Prof. Dr. Andreas Petzer gleichzeitig feierlich in die Pension verabschiedet. Über 100 Gäste – Kolleg\*innen, Mitarbeiter\*innen sowie Familienangehörige – feierten zuerst im Festsaal am Ordensklinikum Linz Elisabethinen und anschließend in der Palmenhalle den neuen Abteilungsleiter und seinen Vorgänger. Dem scheidenden Primar Petzer wurde der Abschied durch ein besonderes Geschenk seiner Abteilungen „versüßt“: Der begeisterte Sportler kann sich in der Pension über einen Trip zum Helikopter-Skiing freuen.

[ K. Mühlberger ]





In der interventionellen Radiologie ist ein Interventionsteam an 365 Tagen im Jahr im Einsatz.



OA Dr. Alexander Kupferthaler, EBIR

## Interventionelle Radiolog\*innen im Teamspiel mit Anästhesie und Pflege

- Ohne die Arbeit der Radiolog\*innen könnten viele Diagnosen nicht getroffen werden. Doch die Radiolog\*innen am Ordensklinikum sind nicht nur für die bildgebenden Diagnostikverfahren zuständig, sondern führen auch minimal-invasive Eingriffe durch. Neben einem durchgehenden angiographischen Bereitschaftsdienst ist das Ordensklinikum eines von zwei Häusern österreichweit, dass mit der stereotaktischen Radiofrequenzablation eine spezielle minimal-invasive Therapie anbietet.

„Für viele Patient\*innen ist nicht klar, wie abwechslungsreich die Arbeit von Radiolog\*innen sein kann. Wir sitzen nicht nur im dunklen Kammerl und erstellen Befunde“, so OA Dr. Alexander Kupferthaler, EBIR, Leiter des Zentrums für Interventionelle Radiologie. Mittels verschiedenster Verfahren, bei denen Kälte oder Hitze angewendet werden, führen die Radiolog\*innen minimal-invasive Eingriffe durch – und das sehr oft direkt im CT. Der Schwerpunkt liegt dabei auf onkologischen Behandlungen: Während Kryoablationen an der Niere am Standort Elisabethinen durchgeführt werden, sind Behandlungen von Tumoren mit Ultraschall, Mikrowellennadel oder stereotaktische Radiofrequenzablationen per Navigationssystem am Ordensklinikum Barmherzige Schwestern an der Tagesordnung. „Die Eingriffe im CT und auf dem Navigationssystem sind eine Teamleistung, alle

müssen mit dieser Methode vertraut sein. Man plant den Eingriff mit dem Navigationssystem ganz genau, die Eingriffe sind ein komplexes Zusammenspiel von vielen kleinen Bausteinen“, sagt Prim. Dr. Gernot Böhm. Über 50 stereotaktische Radiofrequenzablationen führt das Team der Radiologie jährlich durch, jeweils mittwochs und freitags stehen die Operateur\*innen im OP.

Und noch eine Besonderheit gibt es am Ordensklinikum Linz: das Interventionsteam der Radiologie ist 365 Tage im Jahr, 7 Tage die Woche, 24 Stunden im Einsatz. Dazu pendeln sowohl die interventionellen Radiolog\*innen als auch die für die Behandlungen notwendigen Geräte zwischen den beiden Standorten und sogar der Abteilung für Radiologie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder. Die Radiologie arbeitet eng mit allen anderen Abteilungen zusammen und ist bei den grundlegenden Therapieentscheidungen mit eingebunden. „Gerade bei Notfällen, wie z.B. akuten Blutungen, hängt viel von unseren Entscheidungen ab“, so OA Dr. Kupferthaler.

Prim Dr. Böhm fasst die Arbeit zusammen: „Wir sehen die Patient\*innen von der Locke bis zur Socke, sind nicht nur auf ein Organ spezialisiert. Wir sind entscheidend mit eingebunden und bieten von der radiologischen Diagnostik bis hin zur minimal-invasiven Therapie alles an.“

[ K. Mühlberger ]

Die interventionellen Radiolog\*innen versorgen beide Standorte des Ordensklinikums und die Abteilung für Radiologie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder. Als eines von zwei Häusern in Österreich bietet das Ordensklinikum diese interventionelle Radiologie kontinuierlich an.

Dr. Michael Girschikofsky  
Ärztlicher Direktor ELI

Wir bieten radiologisch von der Diagnostik bis hin zur Therapie alles an.

Prim Dr. Gernot Böhm  
Abteilungsleiter Radiologie



# Radiologietechnologin – Kerstins Job hat viele Facetten

- Angiographie, Computertomographie, oder Mammographie – all das machen Radiologietechnolog\*innen. Noch nie gehört? So ähnlich ging es anfangs auch Kerstin Feichtinger. Nach dreijährigem Studium an der FH ist es nun aber ihr absoluter Traumberuf. Dafür nimmt die 27-Jährige auch gerne eine längere Anfahrt von zu Hause in Kauf.

Um 5.20 Uhr sitzt Kerstin Feichtinger in Gmunden jeden Morgen im Zug. Ihr Ziel: das rund 70 Kilometer entfernte Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern. Dort arbeitet die 27-Jährige als Radiologietechnologin. Für ihren Traumberuf ist ihr kein Weg zu weit, nimmt sie auch die mehr als einstündige Anfahrt gerne in Kauf. Dabei stößt sie mit ihrer genauen Berufsbezeichnung bei vielen oft noch auf Fragezeichen. „In meiner Familie und meinem Umfeld haben einige den Job nicht gekannt. Die meisten verbinden es noch mit dem Röntgen, der Röntgenassistenten“, berichtet Feichtinger. Dabei umfasst der Job noch viel, viel mehr spannende Tätigkeiten. Angiographie, Computertomographie, Magnetresonanztomographie oder die Mammographie – all das sind Bereiche aus der Radiologie. „Genau das macht die Arbeit so spannend. Ich bin oft jeden Tag woanders eingeteilt. Gerade die Abwechslung ist für mich ein großer Vorteil und macht es so interessant. Um für jede Modalität Expert\*innen zu haben, gibt es dafür sogenannte Kernteams. Diese bestehen aus einer kleinen Gruppe von Radiologietechnolog\*innen, die ihr Wissen im jeweiligen Bereich spezialisiert haben“, sagt die sympathische Traunviertlerin. Zu den Highlights zählen für die Radiologietechnologin die minimalinvasiven Eingriffe in der Computertomographie. Anhand der von ihr und ihren Kolleg\*innen gefertigten Bilder können die Radiolog\*innen den weiteren Therapieverlauf planen. So geschieht es auch bei der stereotaktischen Radiofrequenzablation (SRFA), bei der mittels 3-D-navigierter Punktionstechnik Lebertumore und Metastasen millimetergenau identifiziert und behandelt werden. Zusammen mit anderen Kolleg\*innen ist Feichtinger speziell für die SRFA geschult. „Unsere Aufgabe dabei ist zum

einen die korrekte Patient\*innen-Lagerung, die besonders wichtig ist, da diese Eingriffe mehrere Stunden dauern. Weiters sind wir für die Bedienung des Navigationssystems, für die Anfertigung der CT-Bilder und die Dokumentation der Nadelpfade zuständig“, so Feichtinger.

## Papa mit entscheidendem Vorschlag

Das minimalinvasive Verfahren wurde an der Universitätsklinik Innsbruck entwickelt. Das Ordensklinikum Linz ist neben den Tirolern das einzige Spital in Österreich, das diese Behandlungsmethode anbietet. Mehr als 70 dieser Eingriffe wurden seit 2021 in Linz durchgeführt. Feichtinger: „Ich durfte in Innsbruck dabei sein, als uns diese Methode von anderen Ärzt\*innen und Radiologietechnolog\*innen gezeigt wurde. Das war aufregend und sehr lehrreich.“ Wie ist die 27-Jährige eigentlich auf ihren Traumjob gekommen? „Das war etwas ungewöhnlich. Mein Papa hat damals eine Stellenausschreibung gelesen und mich auf die Idee gebracht. Nach der Matura startete ich ein dreijähriges Studium an der FH und begann danach gleich am Ordensklinikum Linz.“ Neben Interesse an Medizin und der Technik ist für Feichtinger auch die soziale Komponente ein entscheidender Faktor zur Ausübung ihres Jobs. „Ich war immer schon eher der Zahlenmensch. Vor allem macht mir aber der tägliche Kontakt mit Patient\*innen großen Spaß und gibt mir auch viel Energie zurück.“ Dafür steht die Traunviertlerin in den frühen Morgenstunden gerne auf und setzt sich schon um 5.20 Uhr in den Zug in Richtung Arbeit ...

[ M. Prieschl ]

# Schweißtreibender Hilfeinsatz in Afrika

- Um Not zu lindern, reiste OA Dr. Franz Roithmeier vollgepackt mit
- OP-Instrumenten, Medikamenten und Verbandsmaterial nach Afrika,
- um dort Kolleg\*innen in einem Spital in Ghana in der gynäkologischen Chirurgie auszubilden.

Mit fünf Koffern voll gespendeter OP-Gerätschaften machte sich OA Dr. Franz Roithmeier für zwei Wochen auf den Weg nach Ghana, um seine Expertise in der Vaginal-Chirurgie an die dortigen Ärztinnen und Ärzte am Holy Family Hospital in Techiman weiterzugeben. „Solche operativen Eingriffe bei einer Scheiden- bzw. Gebärmutterensenkung oder einer Inkontinenzchirurgie zählen bei uns zu Routineeingriffen und dafür steht uns natürlich hierzulande das nötige Equipment zur Verfügung. Es wird einem bei einem solchen Einsatz bewusst, welchen Mangel es an Versorgung, Materialien, Ausstattung und Hygiene in solchen Ländern gibt“, sagt der Leiter des Beckenbodenzentrums und der gynäkologischen Chirurgie am Ordensklinikum Linz und des Konventhospital Barmherzige Brüder. Bei 40 Grad und in einfachsten ausgestatteten OP-Räumlichkeiten wurde das Fachwissen an die dortigen Kolleg\*innen weitergegeben.

Im Rahmen des Projektes „Medical Support im Partnership“ nahmen insgesamt 15 Hebammen und Ärzt\*innen aus Österreich teil. Für seinen Hilfeinsatz wurde er für zwei Wochen vom Dienst freigestellt. „Ich bin sehr froh, diese Erfahrung gemacht zu haben, obwohl es teilweise extrem anstrengend war. Die Hitze und das teilweise Improvisieren hat uns vor Herausforderungen gestellt. Fiel beispielsweise der Strom aus, musste mit Taschenlampen der OP beleuchtet werden.“ Die Dankbarkeit der Patient\*innen und Kolleg\*innen hat alle Anstrengung wieder wett gemacht. „In diesen Ländern sterben Menschen an Komplikationen, die bei uns undenkbar sind. Man wird wieder dankbar, dass es uns so gut geht“, sagt Roithmeier.

[ A. Fürtauer-Mann ]



„Gerne unterstützen wir solche Hilfeinsätze, um die Not in Entwicklungsländern zu lindern und die Überlebenschancen der Menschen dort zu erhöhen.“

Mag. Dr. Elisabeth Bräutigam, MBA,  
Ärztliche Direktorin BHS



Erschöpft von der Hitze:  
OA Dr. Franz Roithmeier mit seiner  
Kollegin OA Dr. Evelyn Düsing



Mit Kolleg\*innen aus aller Welt



OA Dr. Franz Roithmeier erklärt seine  
mitgebrachten OP-Gerätschaften.

## FACHÄRZTIN TO BE: Ass. Dr.<sup>in</sup> Elena Weisser, Chirurgie

- Die Oma von Ass. Dr.<sup>in</sup> Elena Weisser war wohl am heutigen Beruf der Enkelin maßgeblich beteiligt. Durch ihr Zeitschriften-Abo „Einsatz“ von „Ärzte ohne Grenzen“ war die heute 28-jährige so begeistert, dass sie sich schon in jungen Jahren entschieden hat, irgendwann einmal Medizin zu studieren.

2015 war es dann so weit: die Aufnahmeprüfung an der Med Uni Graz. Obwohl Physik und Chemie nicht die große Leidenschaft von Elena waren, meisterte sie die Tests und begann mit dem Medizinstudium. Die Zeit in Graz hat die angehende Chirurgin sehr genossen. „Die Stadt ist wunderschön. Sie hat so ein südliches Flair, viele Student\*innen leben dort, und meine Wohngemeinschaft war super. Zudem hatte ich dort einen lieben Freundeskreis. Für mich ist Graz ein unvergesslicher Lebensabschnitt“, gerät Weisser ins Schwärmen. Ihr Klinisch-Praktisches-Jahr wollte die gebürtige Oberösterreicherin eigentlich im Ausland absolvieren. Durch Corona ist daraus aber nichts geworden. So folgten die Stationen Kirchdorf, Schladming,

Wels und schließlich Linz. Am Anfang liebäugelte die Jungmedizinerin mit der Anästhesie, entschied sich aber dann im Frühjahr 2023 für die Chirurgie. An ihrem Fach liebt Elena besonders die Vielseitigkeit. Sie steht sehr gerne im OP, mag die Arbeit auf der Station sowie in der Ambulanz und findet es schön, Patient\*innen jeden Alters zu versorgen. Die Assistenzärztin schätzt den guten Ruf der Chirurgie am Ordensklinikum Linz: „Ich bin stolz, ein Teil dieses jungen Chirurg\*innen-Teams zu sein. Wir verstehen uns alle sehr gut und unternehmen auch einiges in unserer Freizeit miteinander“. Große Highlights sind vor allem fächerübergreifende Operationen, sowie zuletzt ein 14-stündiger Eingriff, wo sie als Assistenz dabei sein durfte. In ihrer Freizeit



geht Elena sehr gerne wandern. Schon als kleines Mädchen ist sie mit ihrer Familie viel in den Bergen unterwegs gewesen. Seit kurzem schwingt sich die 28-jährige auch gerne aufs Rennrad. Musik ist ebenfalls ein wichtiger Teil in ihrem Leben. Bereits mit vier Jahren lernte sie Geige und spielt heute zudem Gitarre und Klavier. Eine Fingerfertigkeit, die sie als künftige Chirurgin sicher gut gebrauchen kann.

[ S. Hammer-Mozer ]

## FACHÄRZTIN TO BE: Ass. Dr.<sup>in</sup> Margarita Bessas, Anästhesie & Intensivmedizin

- „Siema“ oder doch lieber „Jassu“ – für unsere junge Assistenzärztin Margarita Bessas geht beides. Die 33-Jährige ist nämlich in Polen geboren und aufgewachsen, zudem hat sie durch ihren Papa griechische Wurzeln. Ein Teil ihrer Familie lebt heute noch in Griechenland. Sie besucht ihre Verwandten dort regelmäßig.

Bevor Margarita sich 2010 für das Medizinstudium in Stettin entschieden hat, wollte sie eigentlich Psychologin werden. Nach ihrem erfolgreichen Diplomabschluss startete 2017 ihr Basisjahr, in Polen „Staž Podyplomowy“ genannt. Nach dem Studium gönnte sich die angehende Anästhesistin ein sogenanntes „Gap Year“ – eine Auszeit – und reiste zu ihren Verwandten nach Thessaloniki. Dort verbrachte sie eine großartige Zeit mit der Familie und lernte sogar griechisch. Als ihr Ersparnis sich aber langsam dem Ende neigte und sie in Griechenland keinen Job fand, übersiedelte die Jungmedizinerin nach Österreich. Allerdings nicht um im Spital zu arbeiten, sondern in der Luft. Hintergrund: Das Fernweh war

so groß, dass sich Margarita als Flugbegleiterin ab 2018 noch etwas die Welt ansehen wollte. Doch dann kam Corona und der erste Lockdown. Zu dieser Zeit war Margarita gerade auf Besuch bei ihren Eltern in Polen und somit gestrandet. Das große Glück: Sie konnte ehrenamtlich in der Notfallambulanz in ihrer Heimatstadt arbeiten. Diese fordernde und außergewöhnliche Ausnahmesituation während Covid-19 prägte die heute 33-jährige. „Ich habe dadurch gemerkt, dass ich mit Stress und Notfällen sehr gut umgehen kann. Deshalb habe ich mich für die Anästhesie und Intensivmedizin entschieden.“ Nach Corona ging es für die lebenslustige Polin aber nochmal in den Flieger, bis sie im September 2022



dann eine freie Stelle im Ordensklinikum Linz Elisabethinen bekommen hat. Hier musste Margarita ihre Basisausbildung wiederholen und arbeitet seitdem in der Anästhesie. „Der Job im Ordensklinikum gefällt mir sehr gut. Das Team ist super, und ich fühle mich wirklich sehr wohl“, so die 33-Jährige. Wenn alles rund läuft, wird sie 2028 mit ihrem Fach fertig sein. Wir wünschen ihr dabei viel Erfolg und wer weiß, vielleicht macht sie noch ihren Pilot\*innenschein und wird eine „fliegende Fachärztin“.

[ S. Hammer-Mozer ]

# Für PFA-Ausbildung kehren zwei Mamas zurück auf die Schulbank

- Ingrid Wansch und Andrea Ruetz schließen am Vinzentinum Linz im September ihre Ausbildung zur Pflegefachassistentin (PFA) ab. Im „Miteinander“-Interview erzählen die beiden Sitznachbarinnen, wieso sie sich für diesen Weg entschieden haben und warum junge Menschen ebenfalls die zweijährige Ausbildung in Angriff nehmen sollen.

Wenn bei Ingrid Wansch (40) am Morgen der Wecker läutet, muss sie auch ihren Sohn Elias für die Schule vorbereiten. Doch nicht nur der Zehnjährige muss kontrollieren, ob er alle nötigen Unterlagen in seine Schultasche gepackt hat. Auch die Mama muss ihre Hausaufgaben gemacht haben. Denn seit September vergangenen Jahres drückt sie selbst wieder die Schulbank. Am Vinzentinum Linz startete sie die zweijährige Ausbildung zur Pflegefachassistentenz, kurz PFA. „Schultüte habe ich aber keine mehr bekommen“, lacht Wansch. Im Alter von 20 Jahren begann die dreifache Mama ihren Beruf in der Langzeitpflege, arbeitete seither im Altersheim in Traun. Doch warum nun die Veränderung? „Ich habe den Job wirklich stets sehr gerne gemacht. Aber ich wollte auch noch etwas anderes sehen und meine Kompetenzen erweitern“, so Wansch im „Miteinander“-Interview. Durch ihre Nichte (sie absolvierte ebenfalls die PFA-Ausbildung) fand die 40-Jährige den Weg ins Vinzentinum. Die Pflegassistentenz durch ihren Job längst in der Tasche, durfte sie im zweiten Jahr einsteigen. Wansch: „Ich bin eine von rund zehn Upgradern, die jedes Jahr dabei sind.“ In der Schulklasse neben ihr sitzt Andrea Ruetz (41). Sie ist schon seit vier Jahren am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern im Einsatz. Die 41-Jährige, ebenfalls Mama eines Bubens, konnte als OP-Assistentin

Erfahrung sammeln. Auf die Frage, warum sie die PFA-Ausbildung gestartet hat, antwortet Ruetz: „Ich wollte nicht immer nur im OP sein. Ich arbeite sehr gerne mit Menschen zusammen und möchte einfach mehr. Es ist toll, dass es die Möglichkeit dieser Ausbildung gibt.“

## Praktikum über fünf Wochen

Die beiden müssen aber nicht nur in der Klasse pauken. Pro Schuljahr sind auch noch drei Praktika zu je fünf Wochen auf unterschiedlichen Stationen zu absolvieren. „Ich war unter anderem schon auf der Radio-Onkologie. Die Arbeit ist eine extreme Bereicherung und hat sehr viel Spaß gemacht“, erzählt Wansch. Ihre Sitznachbarin kann dabei nur zustimmen. Mit dem

Dreifach-Mama Ingrid Wansch war 20 Jahre lang in einem Altersheim im Einsatz, macht nun die Ausbildung zur Pflegefachassistentin.



Andrea Ruetz konnte schon vor dem Start der Ausbildung Erfahrung als OP-Assistentin sammeln.

Unterricht und den Praktikumsstunden ist es aber noch nicht getan. Die 40-Stunden-Woche beinhaltet auch noch Arbeitsaufträge, Überprüfungen sowie eine Facharbeit am Ende des Schuljahres. Trotz alledem findet die Dreifach-Mama aber noch Zeit, am Wochenende in einer Nacht an ihrem früheren Arbeitsplatz im Altersheim auszuhalten. „Den Fernseher schalte ich am Abend in der Regel nicht mehr so oft ein. Es ist schon eine große Herausforderung alles zu managen. Aber die Ausbildung macht richtig Spaß und war genau die richtige Entscheidung“, sagt Wansch. Auch Ruetz kann jedem nur raten, mit der Ausbildung zur Pflegefachassistentenz zu beginnen. Sie sagt: „Wir lernen viele interessante Dinge. Die Lehrer\*innen sind sehr freundlich und unterstützen uns, wo es nur geht. Gerade jungen Menschen steht mit der Ausbildung sehr viel offen.“ Im September werden die beiden fertig ausgebildeten Pflegefachassistentinnen auf einer Station am Ordensklinikum Linz mit der Arbeit starten. Wo es genau hingehet, haben sie noch nicht entschieden. Fest steht nur: Bis dahin heißt es weiter zusammen mit ihren Kids in der Früh die Schultasche packen.

[ M. Prieschl ]



# „In der Pflege stehen viele Karrieremöglichkeiten offen“

**MITEINANDER: Welche Vorurteile gegenüber einer Pflegeausbildung bestehen bis heute?**

**MAG. MICHAEL AIGLESBERGER:** Es ist wichtig zu verstehen, dass eine Pflegeausbildung umfangreicher ist, als viele Menschen annehmen. Bei einer Pflegeausbildung denken so manche ausschließlich an das Erlernen der Körperpflege oder die Essenseingabe. Die unterschiedlichen Ausbildungen umfassen jedoch das Erlernen von komplexen Aufgaben und Verantwortlichkeiten im Krankenhaus.

Es ist wichtig zu erkennen, dass Pflegeberufe anspruchsvoll sind und sowohl fachliches Wissen als auch soziale Kompetenzen erfordern. Das Erlernen von Handlungskompetenzen spielt dabei eine elementare Rolle. Oftmals wird auch angenommen, dass es nach der Absolvierung einer Pflegeausbildung keine bzw. wenig Aufstiegsmöglichkeiten gibt. Dies ist jedoch nicht korrekt, da es verschiedene Entwicklungsmöglichkeiten und Karrierechancen in der Pflege gibt. Auch zeigen sich mittlerweile während der Ausbildung attraktive Finanzierungsmöglichkeiten. Dadurch kann auch für Berufsumsteiger\*innen die Finanzierung während der Ausbildung gesichert werden. Diese Vorurteile spiegeln oft falsche Annahmen wider und können dazu führen, dass potenzielle Interessent\*innen sich von einer Karriere in der Pflege abschrecken lassen. Es ist wichtig, diese Vorurteile zu überwinden und die Vielfalt und Bedeutung der Pflegeberufe angemessen anzuerkennen.

**MITEINANDER: Welche Einstiegsmöglichkeiten in den Pflegeberuf gibt es?**

**MAG. AIGLESBERGER:** Der klassische Einstieg in den Pflegeberuf kann mit der einjährigen Ausbildung zur Pflegeassistentin oder mit der zweijährigen Ausbildung zur Pflegefachassistentin starten. Für diese Ausbildung ist ein Mindestalter von 16 bzw. 17 Jahren vorgesehen. Im Anschluss an die Pflegefachassistentin kann das verkürzte Bachelorstudium der Gesundheits- und Krankenpflege absolviert werden. Für einen früheren Einstieg in den Beruf der Pflege zeigen sich mittlerweile Modelle wie die „Pflegestarter\*innen“, die „Pflegenewcomer“, die „Junge Pflege“, die „höhere Lehranstalt für Sozialbetreuung und Pflege (HLSP), die Fachschule für Sozialberufe oder auch die „Pflegelehre“.

**MITEINANDER: Warum sollen sich junge Menschen für einen Pflegeberuf entscheiden?**

**MAG. AIGLESBERGER:** Jeder junge Mensch ist individuell und hat unterschiedliche Interessen und Ziele. Wir zeigen deshalb Interessent\*innen auf, welche Möglichkeiten der Pflegeberuf bietet und wie die unterschiedlichen Ausbildungs- und Karrieremöglichkeiten zu den jeweiligen individuellen Zielen passen. In der Pflege hat man viele Entwicklungsmöglichkeiten, es stehen viele Karrieremöglichkeiten offen. Insgesamt zeigt sich, dass die Pflegeausbildung in Österreich modern, abwechslungsreich und zukunftssicher ist. Sie qualifiziert für einen erfüllenden Beruf mit guten Verdienstmöglichkeiten und vielfältigen Entwicklungschancen.

**MITEINANDER: Welche Ausbildungen kann man am Vinzentinum absolvieren?**

**MAG. AIGLESBERGER:** Neben der zweijährigen Ausbildung zur Pflegefachassistentin und dem einjährigen Upgrade der Pflegeassistentin zur Pflegefachassistentin, gibt es auch Weiterbildungsmöglichkeiten für die Praxisanleitung, die onkologische Pflege, die Geriatrie oder die Notfallpflege. Ergänzend gibt es noch eine Fortbildung zu den Beratungstechniken in der Onkologie. In diesem Jahr möchten wir auch noch mit der Ausbildung zur Operationstechnischen Assistenz starten.

**MITEINANDER: Wie schaut es mit dem generellen Interesse an einer Pflegeausbildung aus?**

**MAG. AIGLESBERGER:** Das Interesse an einer Pflegeausbildung ist grundsätzlich vorhanden und gerade in diesem Jahr leicht gestiegen. Es stimmt zwar, dass wir weniger Bewerber\*innen aufgrund geburtenschwächerer Jahrgänge haben, aber von den verfügbaren Bewerber\*innen zeigt sich ein ähnlicher Prozentsatz an Interessierten wie früher. Es ist aber auch wichtig zu betonen, dass nicht jeder für diesen Beruf geeignet ist.

[ K. Mühlberger ]

**Am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern werden folgende Ausbildungen angeboten:**

- Operationstechnische Assistenz
- Pflegefachassistentin
- Upgrade zur Pflegefachassistentin
- Weiterbildung Praxisanleitung
- Weiterbildung onkologische Pflege
- Weiterbildung gerontologische Pflege
- Weiterbildung Pflege in der Notaufnahme
- Fortbildung: Beratungstechniken in der onkologischen Pflege

**Am Ordensklinikum Linz Elisabethinen wird das Bachelorstudium der Gesundheits- und Krankenpflege der FH Gesundheitsberufe OÖ angeboten.**

**Mehr Informationen unter:  
[www.ordensklinikum.at/de/karriere/ausbildungsangebot](http://www.ordensklinikum.at/de/karriere/ausbildungsangebot)**

Jeweils von links nach rechts:

5. Reihe (Mag. Michael Aiglesberger, BScN, MBA; Barbara Riedler, MSc., Markus Greger, BScN, MScN)
4. Reihe (Matthias Maurer, BScN; Andrea Kainz)
3. Reihe (Veronika Leitner, BA; Mag.<sup>a</sup> Adelheid Pürstinger)
2. Reihe (Melanie Kaiser, BScN; Brigitte Käferböck, MSc)
1. Reihe (Ursula Eisner; Mag.<sup>a</sup> Sabine Ebner)



# Gönne dich dir selbst

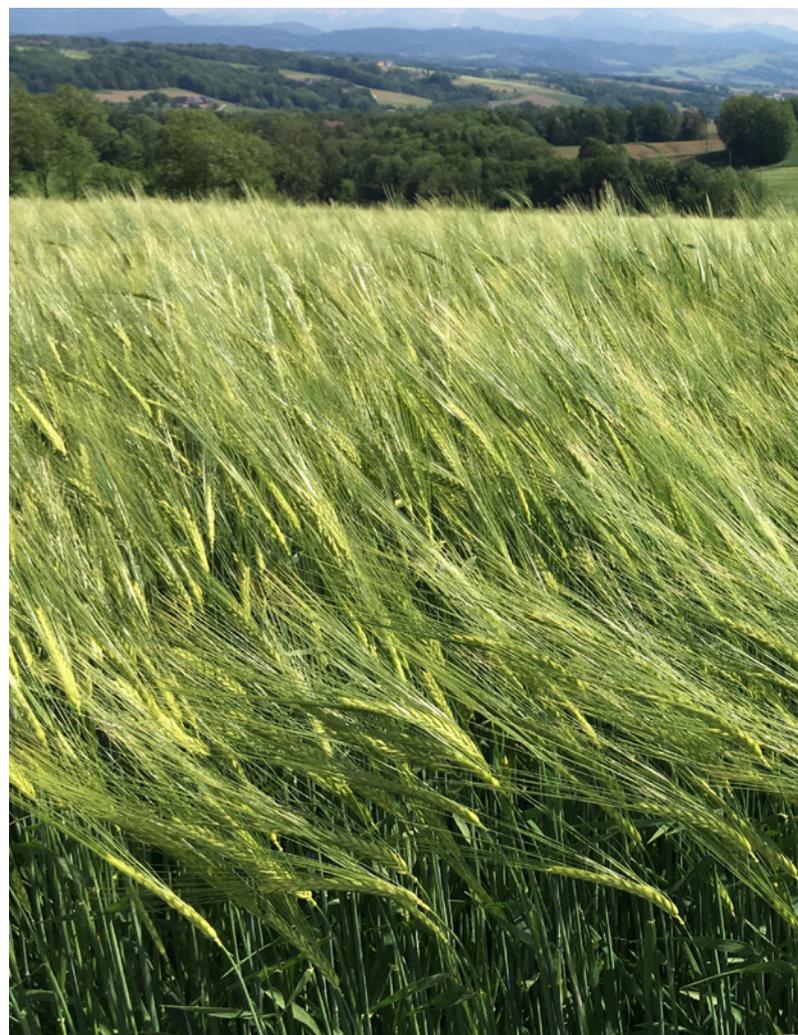
- Die Sommerzeit steht bevor. Viele von uns dürfen sich auf eine Auszeit vom Arbeitsalltag und erholsame Urlaubstage an Sehenswürdigkeiten freuen. Es ist die Zeit zum Ausspannen, die Zeit für Hobbys und sportliche oder kreative Aktivitäten und wertvolle Zeit, die man gerne mit Familie und Freunden, oder auch einmal allein verbringt. Was braucht es, damit wir wirklich daraus Energie und Motivation für den danach wiederkehrenden Alltag schöpfen können? Dazu einige Gedanken.

Michael Casey, australischer Trappist und Autor zur monastischen Spiritualität der benediktinischen Ordensregel, widmet in seinem Buch „Fremd in der Stadt“ ein ganzes Kapitel dem Thema Muße. Was genau mit Muße gemeint ist und welche Bedeutung sie für das Leben hat, ist eigentlich für jeden Menschen gültig und hat uns als Wertevorstände zu diesem vorsommerlichen Gedankenimpuls inspiriert.

Sie haben es sicher vermutet, Muße hat nichts mit Faulenzen, oder umgekehrt, mit einem vollen Freizeitkalender zu tun. Sie beinhaltet vielmehr die ungeteilte Aufmerksamkeit für den gegenwärtigen Augenblick, die Fähigkeit, offen zu sein und ihn in seiner Fülle auszukosten. Dazu gehört auch die Gelassenheit, von Zeit zu Zeit einmal ganz abzuschalten.

Sind wir ehrlich, wie oft gelingt uns das? Wir sind es gewohnt und werden auch permanent gefordert, ständig viele Dinge unter einen Hut zu bringen: unsere Pflichten und Aufgaben in Beruf und Familie, unsere Beziehungen auf allen Ebenen, und auch unsere Interessen und Hobbys. In unseren Köpfen läuft eine To-do-Liste in Dauerschleife, die wir ständig abarbeiten. So kann es uns schwerfallen, von diesem Alltagsmodus in den Urlaubsmodus umzuschalten.

Michael Casey gibt ein paar Gedankenanstöße, die helfen können, in die oben genannte wirkliche Muße zu kommen: so nennt er zunächst die Notwendigkeit, unser Kontrollbedürfnis zu reduzieren. Was um uns herum passiert, ständig bestimmen zu wollen, ist oft ein Zeichen,



dass wir die Realität, so wie sie ist, nicht wirklich respektieren, sondern sie in unsere eigene Vorstellungswelt pressen wollen. Muße bedeutet aber, frei zu sein von allem, was die Wahrnehmung der Realität trüben würde. Vielleicht gelingt es uns ja, einmal loszulassen und die Dinge sein zu lassen, ohne dass wir uns ständig dafür zuständig fühlen.

Zur Muße gehört auch, den Lärm in uns abzustellen, die Kommunikationskanäle von Zeit zu Zeit auf ein Minimum zu reduzieren, die Kunst des hörenden Schweigens zu lernen und uns nicht ständig hetzen zu lassen. Meistens tun wir viel zu viel, aus unterschiedlichen Gründen: man könnte uns als Versager abstempeln, oder wir haben zu wenig Vertrauen, Dinge an andere zu delegieren, oder wir wollen uns nicht das Steuer aus der Hand nehmen lassen – durchaus nachvollziehbar, aber geht es nicht auch anders?

Im Buch Kohelet steht geschrieben, dass es für alles eine Zeit gibt. Zuallererst leben wir im Hier und Heute. Aufmerksam dafür zu sein und achtsam mit unseren Gegebenheiten umzugehen, ist ein guter Anfang und wird umso wichtiger, als wir in einer Welt leben, die uns ununterbrochen Ablenkungen anbietet. Gerade im Urlaub haben wir die Gelegenheit, unsere ungeteilte Aufmerksamkeit jenen Dingen zu widmen, die uns wirklich wichtig sind und uns Freude bereiten.

Im Zusammenhang mit diesen Überlegungen wollen wir auch noch kurz bei Viktor Frankl andocken, weil Muße, so verstanden wie zuvor beschrieben, auch eine nie versiegende Sinnquelle ist. In ihr kommen

schöpferische Werte, Erlebniswerte und Einstellungswerte, wie Frankl sie als tragende Säulen eines sinnerfüllten Lebens formuliert, gemeinsam zur Entfaltung. Wie auch immer wir unseren Urlaub gestalten, wir werden mit vielen Bildern und Eindrücken von Erlebnissen und Begegnungen zurückkommen, die uns in Erinnerung bleiben werden. Vieles davon wird als bleibender Wert in unserem Gedächtnis bleiben und zu einer kraftspendenden Quelle werden. Bevor wir nun unsere Koffer packen, und solange uns die Vorfreude auf den Sommer und den wohlverdienten Urlaub noch durch die letzten bevorstehenden Arbeitswochen begleitet, nehmen wir uns noch den Rat des Bernhard von Clairvaux, – er war einer der bedeutendsten Mönche des Zisterzienserordens – zu Herzen, der seinem früheren Mönch, Papst Eugen III, folgenden Rat gab:

**„Denk also daran: Gönn dir selbst.  
Ich sag nicht: Tu das immer. Ich sage nicht:  
Tu das oft, aber ich sage: Tu es immer wieder  
einmal. Sei wie für alle anderen auch  
für dich selbst da.“**

In diesem Sinn wünschen wir Ihnen, liebe Mitarbeiter\*innen, eine gute und schöne Sommerzeit.

[ A. Retschitzegger, J. Hessler ]

Je nach Fitness gibt es Übungen mit unterschiedlicher Intensität und Schwierigkeitsgrad. Wem beispielsweise Liegestütze zu anstrengend sind, der kann sich auch mit einer weniger anspruchsvollen Variante abhelfen, indem er sich einfach vor eine Wand stellt und sich mit den Armen von dieser abstützt. Je größer der Abstand zur Wand ist, desto höher ist die Intensität der Übung. Physiotherapeutin Susanne Mayrhofer zeigt vor, wie es richtig gemacht wird.



## Gesund altern mit Power:

# Die unterschätzte Wirkung von Muskeltraining für die ältere Generation

Eine vom Bundesministerium für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport durchgeführte Untersuchung über die Inaktivität der österreichischen Bevölkerung attestiert uns kein gutes Zeugnis muskelkräftigende Aktivitäten betreffend. So trainieren gerade einmal 18 Prozent der Bevölkerung (23 Prozent der Männer und 14 Prozent der Frauen) einmal wöchentlich ihre Muskulatur.

In einer Gesellschaft, die zunehmend von einer alternden Bevölkerung geprägt ist, wird die Bedeutung einer guten Muskelgesundheit vor allem für Senior\*innen offensichtlich unterschätzt. Mit dem Alter geht nämlich nicht nur eine natürliche Abnahme der Muskelmasse einher, sondern auch ein Rückgang der Kraft und der Mobilität. Dies kann zu einer Vielzahl von Problemen führen, wie ein erhöhtes Sturzrisiko, die Abhängigkeit von anderen für tägliche Aktivitäten und ein allgemein vermindertes Wohlbefinden.

Susanne Mayrhofer, leitende Physiotherapeutin am Ordensklinikum Linz Elisabethinen kennt die Wirkung starker Muskeln bei älteren Menschen und appelliert daher, neben der Ausdauer unbedingt auch Kraft zu trainieren. „Die Analyse zeigt, dass Senior\*innen, die regelmäßig Krafttraining

betreiben, zahlreiche gesundheitliche Vorteile genießen können. Ein gezieltes Muskeltraining trägt nicht nur zur Erhaltung und zum Aufbau von Muskelmasse bei, sondern verbessert auch die Knochengesundheit, fördert die Durchblutung und erhöht die Stabilität und Balance. Darüber hinaus kann eine gesteigerte Muskelkraft die Unabhängigkeit im täglichen Leben erhalten und die Lebensqualität insgesamt verbessern.“

### Wie sollen Senior\*innen trainieren?

Senior\*innen sollen ein Trainingsprogramm wählen, das ihre Fitness und Mobilität berücksichtigt. Das bedeutet, sie sollten vorzugsweise Übungen mit geringer Intensität und wenig Belastungen für die Gelenke wählen, wie zum Beispiel Schwimmen, leichte Kraftübungen mit Widerstandsbändern oder Yoga. Es ist wichtig, sich ärztlich beraten zu lassen und das Training langsam zu steigern, um Verletzungen zu vermeiden.

Beim Muskeltraining ist es ratsam, im ersten Monat die Intensität nicht zu steigern, sondern dem Körper Zeit zu lassen, sich an das Training zu gewöhnen.

[ G. Kolb ]

## Senior\*innengerechtes Training

**1. Ganzkörpertraining:** Ein ausgewogenes Programm sollte alle Hauptmuskelgruppen einschließen, um eine gleichmäßige Stärkung und Balance zu gewährleisten.

**2. Angepasste Intensität:** Das Training sollte den individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten angepasst werden, um Überanstrengungen zu vermeiden und gleichzeitig eine effektive Stimulation zu gewährleisten.

**3. Progression:** Eine schrittweise Steigerung der Intensität und des Widerstands im Laufe der Zeit, um eine kontinuierliche Verbesserung der Muskelkraft und Ausdauer zu fördern.

**4. Regelmäßigkeit:** Kontinuierliches Training ist entscheidend für langfristige Ergebnisse. Ein Plan, der mindestens zwei bis drei Mal pro Woche durchgeführt wird, ist empfehlenswert.

**5. Fachliche Anleitung:** Zu empfehlen ist, ein von qualifizierten Trainer\*innen oder Physiotherapeut\*innen entwickeltes Programm zu verwenden. Damit kann sichergestellt werden, dass die Übungen korrekt und sicher durchgeführt werden.

„Durch die Implementierung eines gezielten Trainingsprogramms können Senior\*innen nicht nur ihre Muskelgesundheit verbessern, sondern auch ihre Unabhängigkeit bewahren und ein aktives und erfülltes Leben führen“, ist sich Mayrhofer sicher und wiederholt ihre Forderung: „Es ist an der Zeit, das Bewusstsein für die Bedeutung von Muskeltraining bei Senior\*innen zu schärfen und sie dabei zu unterstützen, ihre Lebensqualität zu maximieren.“



# Ernährung bei BLUTHOCHDRUCK – von der Leitlinie in den Alltag

Bluthochdruck ist ein wichtiger Risikofaktor für zahlreiche Erkrankungen wie z. B. Herzinfarkt, Atherosklerose, Schlaganfall und Nierenerkrankungen. Neben der medikamentösen Therapie ist die Optimierung des Lebensstils und des Ernährungsverhaltens Grundlage der Hypertoniebehandlung.

In der Lehrveranstaltung Beratungstechnik an der FH Gesundheitsberufe OÖ werden Studierende des Studiengangs Diätologie gezielt darauf vorbereitet, Ernährungstherapien für die jeweilige Zielgruppe evidenzbasiert verständlich zu visualisieren und aufzubereiten. Dabei lernen sie, Fachinformationen so zu transformieren, dass sie leicht kommuniziert und umgesetzt werden können. Die Ergebnisse der Aufgabenstellung „Ernährung bei Hypertonie“ sind hier zusammenfassend dargestellt. Die untenliegende Grafik zeigt anschaulich, wie eine Jause salzärmer gestaltet werden kann.

## Dreiländertagung des VFWG von 26. bis 27. September in Linz

Die FH Gesundheitsberufe OÖ lädt Praktiker\*innen, Forscher\*innen, Lehrende und Stakeholder\*innen im Rahmen der Dreiländertagung ein, sich über Primärversorgung, Praxisnetzwerke und Interprofessionalität auszutauschen. Die Teilnehmenden erwarten hochkarätige Speaker\*innen mit Vorträgen und Workshops zum Leitthema „Vernetzte Versorgung“. Zudem gibt es am 25. September eine Pre-Conference für Bachelor-Studierende aller Gesundheitsberufe. Sichern Sie sich Ihr Ticket unter [www.fh-gesundheitsberufe.at](http://www.fh-gesundheitsberufe.at) > Dreiländertagung

### Aktuelle Bewerbungszeiten

Bis 15.08.2024 – Bachelor Studiengänge Biomedizinische Analytik, Gesundheits- und Krankenpflege, Logopädie & Radiologietechnologie, Hochschullehrgänge in der Pflege

## Blutdrucksenkung durch angepasste Ernährung

Durch die Auswahl der täglich konsumierten Lebensmittel und Getränke wird die Höhe des Blutdrucks mit beeinflusst. Anhand der folgenden Checkliste kann überprüft werden, welche Empfehlungen für einen herzgesunden Blutdruck bereits umgesetzt werden.

### Kochsalzkonsum reduzieren

Fertigprodukte, Brot, Wurst, verarbeitetes Fleisch und Käse liefern sehr viel Kochsalz. In unverarbeiteten Lebensmitteln wie Gemüse, Obst, Joghurt, Milch und Nüssen ist kaum Salz enthalten, daher sollten diese vermehrt in den Speiseplan eingebaut werden. Die Abbildung zeigt, dass der Salzgehalt einer Mahlzeit durch die gezielte Auswahl von natürlichen Produkten statt Frischkäse, Wurst, Räucherlachs und Co um 70% (von 10 g auf 3 g) reduziert werden kann (vgl. max. empfohlene Salzzufuhr pro Tag: 6 g = ca. 1 Teelöffel).

### Gemüse und Obstverzehr steigern

Der Kaliumgehalt in Gemüse und Obst zeigt einen günstigen Effekt auf den Blutdruck, daher sind drei Portionen Gemüse (Suppe, Salat, Rohkost, gedünstetes Gemüse) UND zwei Stück Obst pro Tag empfehlenswert.

### DASH-Diät (Diätischer Ansatz zum Stopp von Bluthochdruck) und mediterrane Ernährungsweise:

Pflanzliche Produkte wie Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte sind zu bevorzugen und tierische Anteile zu reduzieren. Bei Milchprodukten, Käse und Fleisch werden fettarme Produkte empfohlen.

### Moderater Alkoholkonsum

Die blutdrucksteigernde Wirkung des Alkohols wird häufig unterschätzt. Regelmäßiger Alkoholkonsum erhöht den Blutdruck. Unter Bluthochdruck leidenden Personen wird geraten, Alkohol nur in moderaten Mengen zu genießen (max. ein bis zwei Gläser pro Tag) und alkoholfreie Tage einzuhalten.

### Gesundes Körpergewicht

Übergewicht hat einen ungünstigen Einfluss auf den Blutdruck, daher wird eine langsame Gewichtsreduktion empfohlen. Als erstes Ziel könnte eine Abnahme von drei, vier oder fünf Kilogramm angestrebt werden.

### Jause mit mäßigem Salzgehalt

Speisetopfen	100 g	0,1 g Kochsalz	Blattsalat*	30 g	0,01 g Kochsalz
Dinkel-VK-Brot	100 g	1,3g Kochsalz	Ei (gekocht)*	60 g	0,2 g Kochsalz
Bio-Saibling (geräuchert)	100 g	1,5 g Kochsalz	Gurke*	50 g	0,0 g Kochsalz
Bio-Cocktail-Tomaten*	50 g	0,0 g Kochsalz	Karotten*	50 g	0,03 g Kochsalz
			Lauch*	30 g	0,03 g Kochsalz



Gewürze: Pfeffer, Oregano, Petersilie

Maximal empfohlene Menge Kochsalz/Tag: 6 g  
Summe Kochsalz Jause: 3 g

Nicole Klinglmair, Absolventin des Studiengangs Diätologie Linz  
Quelle\*: nut.s nutritional software



Das Team des Servicebereich Kommunikation (r. vorne: Lisa Schabetsberger und Susanne Huber, l. vorne: Leiterin Andrea Fürtauer-Mann) mit Prim. Priv.-Doz. Dr. Martin Martinek (r. hinten) und einer Besucherin (l. hinten)

# Gesundheitstag des Ordens- klinikum mit über 700 Besucher\*innen

Der „Tag für Ihre Herzgesundheit“ in Kooperation mit den Oberösterreichischen Nachrichten, der Apothekerkammer, der FH Gesundheitsberufe und Partnerbetrieben der Elisabethinen und der Vinzenz Gruppe sowie weiteren Gesundheitseinrichtungen lockte über 700 Besucher\*innen in die Promenadengalerien. Geboten wurden Talkrunden mit Medizin, Pflege und Psychologie sowie Serviceangebote rund ums Herz wie Gefäßmessungen oder die Möglichkeit, vor Ort ein EKG anfertigen zu lassen. Zudem standen alle Talkteilnehmer\*innen anschließend für Fragen der Besucher\*innen zur Verfügung. Ein herzliches Dankeschön an die Teams der beiden kardiologischen Abteilungen unter Leitung von Prim. Priv.-Doz. Dr. Martin Martinek und Prim. Dr. Andreas Winter!

[K. Mühlberger]



Voll besetzter Saal bei den Talkrunden am Gesundheitstag des Ordensklinikum.



Die FH Gesundheitsberufe OÖ war mit ihren Schüler\*innen als Partnerin mit dabei.



Prim. Priv.-Doz. Dr. Martin Martinek und Prim. Dr. Andreas Winter im Gespräch mit OÖN-Redakteurin Barbara Rohrhofer (v. l.)



Nach den Talkrunden standen die Expert\*innen noch für Einzel-Beratungsgespräche zur Verfügung.



# Infotag in guten Händen



- Händehygiene ist eine der
- einfachsten Maßnahmen zum
- Schutz vor Infektionen.

Aus diesem Grund hat die Weltgesundheitsorganisation WHO den „internationalen Tag der Händehygiene“ am 5. Mai ins Leben gerufen. Auch das Ordensklinikum Linz machte auf die große Bedeutung der Händehygiene aufmerksam, bot Mitarbeiter\*innen deshalb auch in diesem Jahr die Möglichkeit Infostände im Haus zu besuchen. „Alle Interessierten wurden in Sachen Hautpflege und Hautschutz von uns beraten. Vielen ist nicht bewusst, dass zum Beispiel beim Händewaschen, insbesondere beim Waschen mit Seife und warmem Wasser, der natürliche Fettfilm weggeschwemmt wird“, so Renate Pühringer, Hygienefachkraft am Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern.

Eines der Highlights war die „Didaktobox“. Dabei konnten die Besucher\*innen mit einer fluoreszierenden Flüssigkeit selbst überprüfen, ob ihre Händedesinfektion kurz zuvor korrekt durchgeführt wurde. Gut benetzte Stellen leuchten deutlich heller auf. Wer es noch exakter haben wollte, ging eine Station weiter. Beim „DesiCoach“ wurde eine zuvor aufgetragene rosa Flüssigkeit genauer unter die Lupe genommen. Hintergrund: es wurde überprüft, ob auch die Fingerzwischenräume erreicht wurden. „Der Aktionstag ist bei uns seit zehn Jahren fixer Bestandteil im Jahresplan. Die Teams der Krankenhaushygiene und des Risikomanagements haben sich zusammengetan, um Hand in Hand die Patient\*innen-Sicherheit zu steigern“, sagt Marieluise Einfalt, Leitung Hygiene-Team am Ordensklinikum Linz Elisabethinen.

[ M. Prieschl ]



# Bester Arbeitgeber, World's Best Hospital und BGF-Siegel



Mag.<sup>a</sup> Christine Ries (2. v. l.), MSc und Mag.<sup>a</sup> Veronika Wiesinger (2. v. r.) nahmen die Auszeichnung stellvertretend für das BGF-Team des Ordensklinikum Linz vom Vorsitzenden des Landesstellenausschusses der ÖGK in Oberösterreich, Mst. Michael Pecherstorfer und Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> PH Karin Rumpelberger, BHC B.A., Leiterin des Expertisezentrums für Gesundheitsförderung, Prävention und Public Health der Österreichischen Gesundheitskasse entgegen.

- Mit vielen Auszeichnungen wurde das Ordensklinikum Linz im ersten
- Halbjahr 2024 bedacht: Unser Spital erhielt die Titel „Bester Arbeitgeber“ und „World's Best Hospital“ und das BGF-Gütesiegel wurde erstmals für das gesamte Ordensklinikum verliehen.

Einmal mehr durfte sich das Ordensklinikum Linz auch 2024 über die Auszeichnung Top-Arbeitgeber im österreichischen Gesundheitswesen freuen. Das Wirtschaftsmagazin „trend“ zeichnet jährlich die besten 300 Arbeitgeber\*innen Österreichs aus. Dies in Zusammenarbeit mit dem Statistikunternehmen „Statista“ und dem Karrierenetzwerk „Kununu“. Dabei werden 1.400 Arbeitgeber\*innen in Österreich aus 19 Branchen in einer anonymen Onlinebefragung der Mitarbeiter\*innen auf den Prüfstand gestellt. Abgefragt wurden die Themenbereiche Teamwork, Wertschätzung der Mitarbeiter\*innen und Pflege der Mitarbeiter\*innen-Kultur.

„Es freut uns sehr, dass wir wieder als Top-Arbeitgeber ausgezeichnet wurden, denn wir bieten unseren 3.950 Mitarbeiter\*innen ein qualitativ hochwertiges Arbeitsumfeld mit Spitzenmedizin, bei dem wir auf gelebte Menschlichkeit und ein respektvolles Miteinander achten“, sagen die Geschäftsführer des Ordensklinikum Linz MMag. Walter Kneidinger und Dr. Stefan Meusburger.



## Internationale Auszeichnung

Auch beim internationalen Ranking „World's Best Hospital 2024“ der Zeitschrift „Newsweek“ landete das Ordensklinikum Linz in Folge unter den 250 besten Krankenhäusern weltweit. Aufgrund seiner Spitzenmedizin und damit verbundenen Patient\*innen-Versorgung mit neuesten Therapien auf höchstem Niveau nimmt das Ordensklinikum Linz Platz 155 ein.

## BGF-Gütesiegel für gesamtes Ordensklinikum

Für die aktiv gelebte Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) erhielt erstmals das gesamte Ordensklinikum Linz das BGF-Siegel. „Dieses Gütesiegel ist für unser Ordensklinikum Linz eine wichtige Auszeichnung, da dies zeigt, dass uns die Gesundheitsförderung unserer 3.950 Mitarbeitenden am Herzen liegt. Wir danken dem gesamten Team der Betriebsgesundheitsförderung, das mit großem Engagement das Thema vorantreibt. Das stärkt nicht nur die Gesundheit einer\*eines jede\*n Einzelne\*n, sondern auch das Miteinander in der gesamten Organisation“, sagen die beiden Geschäftsführer MMag. Walter Kneidinger und Dr. Stefan Meusburger MSc. Das BGF-Gütesiegel wird durch das Österreichische Netzwerk BGF – einem Zusammenschluss von Sozialversicherungsträger\*innen und Sozialpartner\*innen – mit Unterstützung des Fonds Gesundes Österreich vergeben.

[ A. Fürtauer-Mann ]



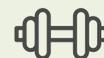
## Neue Vorteile für Mitarbeiter\*innen



**Buchungstool Flexizimmer:**  
Für den flexiblen Übernachtungsbedarf unserer MA sind in Zukunft 8 Zimmer standortübergreifend mit Selbstbuchung via Online-Tool nutzbar



**Versperrbare und überdachte Fahrrad-Abstellflächen**



**Lernsportwoche für 10- bis 14-jährige in den Herbstferien – abwechslungsreiches Angebot mit sportlichen Angeboten und Lernaufgaben**



**Gratis-Kinderbetreuung ab 1. September 2024 und erweiterte Angebote für Kinder von Mitarbeiter\*innen**



**Babytreffs für karentzierte Mitarbeiter\*innen und deren Kinder samt Infos aus dem Haus bei gemütlichem Austausch mit Kolleg\*innen**

„ Der Ausbau der Mitarbeiter\*innen-Vorteile ist uns ein großes Anliegen. Das neue Buchungstool „Flexizimmer“ und versperrbare bzw. überdachte Fahrrad-Abstellplätze sind weitere Angebote.

DIPL. KH-BW HERMANN GANHÖR PMPH  
Verwaltungsdirektor

# Dermatologie feiert neue Wundfibel und Bereichsleiterwechsel

- Gleich zwei Anlässe zu feiern gab es in der Dermatologie am Ordensklinikum Linz Elisabethinen. Zum einen wurde das Buchprojekt „Wundfibel“ präsentiert, zum anderen wurde Bereichsleiter DGKP Andreas Haydn offiziell verabschiedet und sein Nachfolger Hannes Wöß willkommen geheißen.

Die Autor\*innen der Wundfibel, federführend Karin Marksteiner, MSc, mit Unterstützung von Prim. Univ.-Prof. Dr. Nobert Sepp, OA Dr. Jörg Jabkowski und dem stv. Pflegedirektor DGKP Andreas Haydn haben aufgrund der komplexen Fragestellungen in der modernen Wundversorgung im Rahmen von jahrelangen Vorbereitungsarbeiten eine neuartige Wundfibel herausgebracht. „Das Buch hat das Ziel, allen an Wundheilung interessierten Berufsgruppen anhand von bewusst ausgewählten klinischen Fällen praxisnah Wundwissen zu vermitteln“, so Prim. Univ.-Prof. Dr. Sepp.

Nach der Buchvorstellung nutzte das Team der Dermatologie die Gelegenheit, DKGP Andreas Haydn, der sich im April als Bereichsleiter verabschiedet hatte, um sich verstärkt seinen Aufgaben als stv. Pflegedirektor zu widmen, offiziell mit einem großen Danke und Geschenken zu verabschieden. Sein Nachfolger DGKP Hannes Wöß wurde ebenso herzlich willkommen geheißen und ebenfalls reich beschenkt.

[ K. Mühlberger ]



Der stv. Pflegedirektor DGKP Andreas Haydn mit seinem Nachfolger als Bereichsleiter Dermatologie DGKP Hannes Wöß.



(v.l.): Prim. Univ.-Prof. Dr. Nobert Sepp, stv. Pflegedirektor DGKP Andreas Haydn, Karin Marksteiner, MSc und OA Dr. Jörg Jabkowski.

# Pflegestudentinnen spenden OKL-Dienstkleidung auf Sansibar



Corinna Hofer und Hannah Kaltseis befinden sich derzeit im fünften Semester ihres Studiums Gesundheits- und Krankenpflege an der FH Gesundheitsberufe. Im Rahmen eines vierwöchigen Auslandspraktikum im Kivunge District Hospital auf Sansibar haben sie nach ihrem Einsatz ihre OKL-Dienstkleidung der Klinik vor Ort gespendet. „Die Freude und Dankbarkeit darüber waren enorm“, so die beiden Studentinnen. Denn eine große Herausforderung im Rahmen des Praktikums war die mangelnde Ausstattung des Krankenhauses in fast allen Belangen. Zudem gab es bei den Patient\*innen eine Sprachbarriere, da diese hauptsächlich Swahili sprachen und kein Englisch verstehen. Trotz dieser Herausforderungen waren Corinna und Hannah dankbar für die Möglichkeit, an diesem Praktikum teilzunehmen.

[ K. Mühlberger ]

Corinna Hofer (r.) und Hannah Kaltseis (l.) haben nach ihrem Praktikum auf Sansibar ihre Dienstkleidung des Ordensklinikum gespendet.



# Anästhesieforum: Volles Haus beim Jubiläum

„Alte Ziele – neue Perspektiven“ – wie schon in den Jahren zuvor war auch die Jubiläumsausgabe des Anästhesieforum ein voller Erfolg. Rund 400 Besucher\*innen folgten der Einladung von Organisator Prim. Univ.-Doz. Dr. Alexander Kulier, Leiter der Anästhesie und Intensivmedizin am Ordensklinikum Linz Elisabethinen, ins Brucknerhaus. Bei der zehnten Veranstaltung konnte zwei Tage lang interessanten und spannenden Vorträgen zahlreicher internationaler Expert\*innen gelauscht werden. „Es ist wirklich beeindruckend, wie viele bekannte Referent\*innen zu uns nach Linz gekommen sind. Vor zehn Jahren haben wir ganz klein angefangen, und jetzt gelingt es uns, ein zweitägiges Event im Brucknerhaus auf die Beine zu stellen“, ist Prim. Univ.-Doz. Dr. Alexander Kulier begeistert. Neben den Referent\*innen organisierten der Mediziner und sein Team auch ein umfangreiches

Rahmenprogramm. So konnten mehrere Unternehmen im Foyer ihre neuesten Medizinprodukte präsentieren. „Die Ziele, die wir uns als Anästhesist\*innen und Intensivmediziner\*innen setzen, sind seit Beginn unseres Faches im Großen und Ganzen unverändert und im Wesentlichen durch die Erhaltung der Vitalfunktionen unserer Patient\*innen bzw deren Outcome bestimmt. Die Wege jedoch, auf denen wir versuchen, diese Ziele zu erreichen, ändern sich laufend, und das macht den regelmäßigen Austausch von Wissen aufregender als je zuvor“, so Prim. Univ.-Doz. Dr. Alexander Kulier. Und auch wenn das zehnte Anästhesie-Forum erst wenige Monate her ist, laufen die Planungen für die elfte Ausgabe schon längst im Hintergrund auf Hochtouren.

[ M. Prieschl ]

## Gemeinsame Kongresstage zur Eltern- Kind-Medizin

Dr.<sup>in</sup> Katharina Wolman, Ärztliche Direktorin Orthopädisches Spital Speising, Kongress-Präsident Prim. Dr. Martin Henkel und Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Elisabeth Bräutigam, Ärztliche Direktorin Ordensklinikum Linz



Erstmals veranstalteten die Abteilungen des Exzellenzfeldes Eltern-Kind-Medizin der Vinzenz Gruppe gemeinsame Kongresstage zum Thema Eltern-Kind-Medizin. Von 26. bis 27. April 2024 kamen dazu die Experten\*innen im Gesundheitspark Barmherzige Schwestern Linz zusammen. Der breite Themenbogen spannte sich von der Kinderkardiologie und Notfallmedizin, über die Kinderurologie und Kinderneurologie bis hin zur Neuropädiatrie und Kinderorthopädie. Hochkarätige

Expert\*innen gaben ihr Wissen weiter und stellten sowohl Fälle und Probleme aus dem pädiatrischen Alltag als auch aus der hochspezialisierten Medizin vor. „Die Kinder- und Jugendmedizin steht großen Herausforderungen gegenüber. Es braucht einen Spagat zwischen Ganzheitlichkeit und zunehmender notwendiger Spezialisierung. Behandlungsmethoden und genetische Diagnostik werden komplexer, die Ansprüche an die Kinder-Medizin steigen. Daher ist uns eine

gruppenweite Vernetzung, ein Austausch aller relevanter Disziplinen zu ausgewählten Krankheitsbildern ein großes Anliegen. Beim Kongress wurden Fälle präsentiert und diskutiert – Was ist ein alltägliches Symptom? Welches komplexe Krankheitsbild kann dahinterstecken?“, sagt Kongresspräsident Prim. Dr. Martin Henkel, Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde am Ordensklinikum Linz.

[ A. Fürtauer-Mann ]



## Wir gratulieren all unseren Marathon-Teil- nehmer\*innen

Auch beim 22. Oberbank Linz Donau Marathon am 7. April 2024 war das Ordensklinikum Linz stark vertreten. Rund 200 Mitarbeiter\*innen gingen im blauen Shirt auf allen verschiedenen Distanzen an den Start. Bereits rund eine Stunde vor dem Start des Viertelmaraathons um 8.30 Uhr trafen sich einige

Kolleg\*innen beim Medicent für Schnapsschüsse und kurze Videos, die noch am selben Tag auf unseren Social-Media-Kanälen bewundert werden konnten. Bei warmen Temperaturen und strahlendem Sonnenschein ging es hochmotiviert zum Start auf der VOEST-Brücke. Von einigen Zuseher\*innen entlang der Strecke angefeuert, haben unsere Mitarbeiter\*innen ihr Bestes gegeben, und der ein oder andere hat sogar seine persönlichen Ziele übertroffen. Nach dem Zieleinlauf wurden noch Erinnerungsfotos mit den Medaillen geschossen und am Pfarrplatz bei einem Getränk der eigene Lauf noch einmal analysiert. Wir gratulieren all unseren Läufer\*innen und freuen uns schon auf nächstes Jahr, wenn es wieder heißt: „Auf die Plätze, fertig, los!“



[ M. Prieschl ]



” Sport und Bewegung sind gesund und wichtig. Deshalb ermöglichen wir auch den Mitarbeiter\*innen im #teamordensklinikum Linz jedes Jahr die Gratis-Teilnahme am Linz Marathon. Dementsprechend freuen wir uns, dass heuer wieder so viele Kolleg\*innen im blauen Trikot an den Start gegangen sind. Wir gratulieren allen Läufer\*innen ganz herzlich und hoffen auch im Jahr 2025 auf zahlreiche Anmeldungen.

MMag. Walter Kneidinger  
Dr. Stefan Meusburger  
Geschäftsführung